



วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ

เป้าหมายและขอบเขต

วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ มุ่งเน้นเผยแพร่บทความวิจัย บทความวิชาการ และประเด็นปัจจุบันที่ทำการศึกษามนุษย์ ซึ่งก็เกี่ยวข้องกับศาสตร์ทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา สรีรวิทยาการออกกำลังกาย ชีวกลศาสตร์ จิตวิทยาการกีฬา การโค้ชกีฬาและการฝึกซ้อมกีฬา การจัดการการกีฬา การส่งเสริมสุขภาพ การจัดการนันทนาการการท่องเที่ยว และการบูรณาการศาสตร์อื่นๆ ที่เกี่ยวกับวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ จัดพิมพ์เป็นภาษาไทย กำหนดออกปีละ 3 ฉบับ ในเดือนมกราคม-เมษายน พฤษภาคม-สิงหาคม และกันยายน-ธันวาคม

ที่ปรึกษา

Prof Dr.Hosung So

College of Science California State University,
San Bernardino, California, U.S.A.

รองศาสตราจารย์ ดร.อนันต์ อัครชู

นักวิชาการอิสระ

รองศาสตราจารย์ ดร.วิจิต คณิงสุขเกษม

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิลปชัย สุวรรณธาดา

นักวิชาการอิสระ

กองบรรณาธิการ

ศาสตราจารย์ ดร.จรินทร์ ธานีรัตน์

สำนักอธิการบดี มหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ

ศาสตราจารย์ ดร.ชุมพล ผลประมูล

คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ศาสตราจารย์ นพ.อรรถ นานา

วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา
มหาวิทยาลัยมหิดล

ศาสตราจารย์ ดร.สมบัติ กาญจนกิจ

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ศาสตราจารย์ ดร.ถนอมวงศ์ ฤกษ์พันธ์

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รองศาสตราจารย์ ดร.สาลี สุภาภรณ์

คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

รองศาสตราจารย์ ดร.ดรณวรรณ สุขสม

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รองศาสตราจารย์ ดร.สุพิตร สมานิติ

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

เจ้าของและผู้จัดพิมพ์

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ถนนพระราม 1 ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

โทร. 02-218-1030, 02-218-1024 โทรสาร 02-218-1030

พิมพ์ที่

โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย [5903-016]

โทร. 02-218-3549-50, 02-218-3557 ธันวาคม 2558

<http://www.cuprint.chula.ac.th>

บรรณาธิการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ลิขิตา พงษ์พิบูลย์



Journal of Sports Science and Health

Aim and Scope

The Journal of Sports Science and Health publishes original research investigation, review articles, and current topics on human science that deals with sports science, exercise physiology, biomechanics, sports psychology, sports coaching and training, sport management, health promotion, recreation and tourism management, and other interdisciplinary that pertains to sports science and health topics. The journal is published 3 times per year (January-April, May-August, September-December) three issues constitute one volume.

Advisors

Prof Dr.Hosung So	College of Science California State University, San Bernardino, California, U.S.A.
Assoc. Prof. Dr.Anan Attachoo	Independent Scholar
Assoc. Prof. Dr.Vijit Kanungsukkasem	Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University
Asst. Prof. Dr.Silapachai Suwanthada	Independent Scholar

Associated Editors

Prof. Dr.Charin Thaneerat	Office of the President, North Bangkok University
Prof. Dr.Chumpol Pholpramool	Faculty of Science, Mahidol University
Prof. Dr.Arth Nana	College of Sports Science and Technology, Mahidol University
Prof. Dr.Sombat Karnjanakit	Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University
Prof. Dr.Thanomwong Kritpet	Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University
Assoc. Prof. Dr.Salee Supaporn	Faculty of Physical Education, Srinakharinwirot University
Assoc. Prof. Dr.Daroonwan Suksom	Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University
Asst. Prof. Dr.Chaipat Lawsirirat	Faculty of Sports Science, Kasetsart University

Produced By

Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University
Rama I Patumwan Bangkok 10330
Tel. +662-218-1030, +662-218-1024 Fax: +662-218-1030

Production Office

Printed by Chulalongkorn University Printing House [5903-016]
Tel. 02-218-3549-50, 02-218-3557 December 2015
<http://www.cuprint.chula.ac.th>

Editors

Asst. Prof. Sitha Phongphilbool

สารจากบรรณาธิการ

วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพฉบับนี้เป็นฉบับประจำเดือน กันยายน-ธันวาคม 2558 ซึ่งเต็มเปี่ยมไปด้วยเนื้อหาทางวิชาการที่น่าสนใจ จึงขอเรียนเชิญนิสิต นักศึกษา อาจารย์ และนักวิชาการส่งบทความทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา วิทยาศาสตร์สุขภาพ การจัดการกีฬา และนันทนาการการท่องเที่ยวของท่านมาตีพิมพ์ในวารสารฯ อันจะทำให้ผลงานของท่านเผยแพร่อย่างกว้างขวาง โดยกองบรรณาธิการจะพยายามกำกับดูแลวารสารฯ ให้มีคุณภาพเพื่อเตรียมความพร้อม เข้าสู่เกณฑ์มาตรฐานวารสารระดับนานาชาติต่อไป

เนื่องในวาระดิถีขึ้นปีใหม่ที่ใกล้จะถึงนี้ ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัยดลบันดาลให้ทุกท่านมีความสุข สุขภาพแข็งแรง และสมหวังในสิ่งที่ปรารถนาทุกประการ

บรรณาธิการ



วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ

Journal of Sports Science and Health

วารสารวิชาการของคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

Academic Journal of Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University

ปีที่ 16 ฉบับที่ 3 (กันยายน - ธันวาคม 2558)

Vol. 16 No.3, September-December 2015

Online Journal <http://www.spsc.chula.ac.th>

E-journal <http://www.ejournal.academic.chula.ac.th/ejournals>

สารบัญ (Content)

หน้า (Page)

สารจากบรรณาธิการ (Letter from the editor)

บทความวิจัย (Research Articles)

วิทยาศาสตร์การกีฬา (Sports Science)

- ❖ ระบบการดำเนินการ และปฏิบัติงานในการพัฒนานักกีฬาเป็นเลิศของประเทศไทย
สู่ความยั่งยืน ต่อเนื่อง และมีประสิทธิผล 1
OPERATION AND FUNCTIONING SYSTEM FOR ELITE ATHLETE DEVELOPMENT
OF THAILAND TOWARD SUSTAINABILITY, CONTINUITY AND PRODUCTIVITY
- ◆ สืบสาย บุญวีรบุตร และลัดดา เรืองมนิธรรม
Suebsai Boonverabut and Ladda Ruangmanotam
- ❖ ผลของการฝึกกระโดดน้ำควบคู่กับกิจกรรมดนตรีที่มีต่อคะแนนความสามารถในกีฬาระโดดน้ำ 15
EFFECTS OF SYNCHRONIZED SWIMMING TRAINING WITH MUSIC ACTIVITIES
ON SYNCHRONIZED SWIMMING SCORES
- ◆ รวิศรา วรรณการกุล และศิปปชัย สุวรรณธาดา
Ravisara Vathagavorakul and Silpachai Suwanthada
- ❖ ผลจับพลันของการใช้ยางยืดที่มีแรงต้านต่างกันต่อพลังสูงสุดของการกระโดดแนวตั้ง 28
ในนักกีฬาวอลเลย์บอลเยาวชนหญิง
ACUTE EFFECTS OF DIFFERENT RESISTANCE ELASTIC BAND ON VERTICAL
JUMP PEAK POWER IN YOUNG FEMALE VOLLEYBALL PLAYERS
- ◆ กมลมาศ เบญจพลสิทธิ์ และชนินทร์ชัย อินทிரากณ์
Kamolmark Benjapontsit and Chaninchai Intiraporn

สารบัญ (Content)

หน้า (Page)

การจัดการกีฬา (Sports Management)

- ❖ ความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก
OPINION CONCERNING TOWARDS DECISION MAKING BUYING SOUVENIRS
OF TOYOTA THAI PREMIER LEAGUE SPECTATORS 37
- ◆ ชินพัชร ประพัฒนสารกุล และจุฑา ดิงศภัทัย
Chinnapat Prapatnasankul and Juta Tingsabhat

วิทยาการส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion Science)

- ❖ ผลของโปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตนร่วมกับโปรแกรมการออกกำลังกาย
ที่มีต่อสุขสมรรถนะในวัยรุ่นที่มีภาวะน้ำหนักเกิน 50
- AN EFFECT OF SELF-EFFICACY PROGRAM AND EXERCISE PROGRAM ON
HEALTH-RELATED FITNESS IN OVERWEIGHT ADOLESCENT
- ◆ ทวีช พรหมพิทักษ์กุล และวิจิต คณิงสุขเกษม
Thawit Prompitukkul and Vijit Kanungsukkasem
- ❖ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการมีกิจกรรมทางกายของนิสิตนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษา
ในกรุงเทพมหานคร 63
- FACTORS RELATED PHYSICAL ACTIVITIES OF HIGHER EDUCATION INSTITUTES
STUDENTS IN BANGKOK METROPOLIS
- ◆ ชโลธร เสี่ยงใส และสุจิตรา สุกนธทรัพย์
Chalothorn Siangsai and Suchitra Sukonthasab

การจัดการนันทนาการและนันทนาการการท่องเที่ยว (Management of Recreation and Tourism)

- ❖ แนวทางพัฒนาการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแหล่งน้ำพุร้อนในภูมิภาคทางตอนเหนือ
ของประเทศไทย 76
- THE GUIDELINES FOR DEVELOPING HOT SPRING RESOURCE IN HEALTH
TOURISM DESTINATION MANAGEMENT IN NORTHERN THAILAND
- ◆ อริศรา ห้องทรัพย์ และกุลพิชญ์ โภโคยอุดม
Arissara Hongsup and Gulapish Pookaiyudom
- ❖ การเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยว และผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรม
ที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทย ภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 91
- TOURISM MOBILITY AND SOCIO-CULTURAL IMPACTS IN THAILAND
UPON ASEAN ECONOMIC COMMUNITY IN 2015
- ◆ โสมฤทัย สุนธยาทร
Somruthai Soontayatron

ระบบการดำเนินการ และปฏิบัติงานในการพัฒนานักกีฬาเป็นเลิศ ของประเทศไทยสู่ความยั่งยืน ต่อเนื่อง และมีประสิทธิผล

สืบสาย บุญวีรบุตร¹ และลัดดา เรืองมนิธรรม²

¹คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

²คณะวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตเชียงใหม่

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อจัดทำระบบการดำเนินการและปฏิบัติงานในการพัฒนานักกีฬาเป็นเลิศของประเทศไทย สู่ความยั่งยืน ต่อเนื่อง และมีประสิทธิผล

วิธีดำเนินการวิจัย วิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลจากงานวิจัย ปัจจัยและแนวทางพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศ ใน 10 ชนิดกีฬา (กรีฑา แบดมินตัน มวยสากล จักรยาน ยิงปืน เทเบิลเทนนิส เทควันโด เทนนิส วอลเลย์บอล และยกน้ำหนัก) ของ 6 ประเทศ (ฝรั่งเศส สหราชอาณาจักร สหรัฐอเมริกา เกาหลีใต้ ญี่ปุ่น ออสเตรเลีย) และแบบจำลองการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศของประเทศไทย (Booverabut and Ruangmanotam, 2009a; 2009b; 2010a; 2010b; 2010c; 2010d; 2010e) แล้วจัดทำระบบการดำเนินการ และปฏิบัติงานในการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศของประเทศไทย สู่ความยั่งยืน ต่อเนื่อง และมีประสิทธิผล

ผลการวิจัย พบว่า การดำเนินการและปฏิบัติงานกำหนดเป็น 3 วงจร ประกอบด้วย 1) วงจรการพัฒนา ระบบสู่ความยั่งยืน ต่อเนื่องและมีประสิทธิผล 2) วงจรนักกีฬา 3) วงจรโค้ชและเจ้าหน้าที่ และ 5 ปัจจัยเร่ง ประกอบด้วย 1) ความต่อเนื่องในการสนับสนุน

2) การสนับสนุนเงินแบบค้ำหนุน 3) ความร่วมมือระหว่าง การกีฬาแห่งประเทศไทย คณะกรรมการโอลิมปิก แห่งประเทศไทย และสมาคมกีฬา 4) การจัดบรรยากาศ ความร่วมมือแบบต่างได้รับผลประโยชน์แทนการบังคับ 5) สื่อและการสนับสนุนจากภายนอก

สรุปผลการวิจัย การดำเนินการและปฏิบัติงานตามแบบจำลองฯ สู่ความยั่งยืน ต่อเนื่อง และมีประสิทธิผล เริ่มที่การมีนโยบายร่วมในการดำเนินการ กำหนดปัจจัยสำคัญ ระบบการทดแทนและชดเชย ในวงจรการพัฒนานักกีฬา โค้ชและเจ้าหน้าที่ มีการกำหนดตัวชี้วัดตามเป้าหมายและเกณฑ์มาตรฐาน ที่เป็นผลผลิตแต่ละปี และผลลัพธ์ช่วง 4-5 ปี จัดสรรเงินอย่างต่อเนื่อง และจัดบรรยากาศความร่วมมือ ระหว่างการกีฬาแห่งประเทศไทย สมาคมกีฬา และ คณะกรรมการโอลิมปิกแห่งประเทศไทย และระบบ ปฏิบัติการด้านสื่อและการสนับสนุนจากภายนอก คือ กระจายสำคัญให้ประสบผลสำเร็จ

คำสำคัญ: ระบบการดำเนินการ / ระบบปฏิบัติงาน / การพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศ / ยั่งยืน / ต่อเนื่อง / ประสิทธิผล

OPERATION AND FUNCTIONING SYSTEM FOR ELITE ATHLETE DEVELOPMENT OF THAILAND TOWARD SUSTAINABILITY, CONTINUITY AND PRODUCTIVITY

Suebsai Boonverabut¹ and Ladda Ruangmanotam²

¹Faculty of Physical Education Srinakarinwirot University

²Faculty of Sport Sciences and Health Institute of Physical Education, Chiangmai Campus

Abstract

Purpose The purpose of this research was to scrutinize the operation and functioning system for the elite athlete development of Thailand toward sustainability, continuity, and productivity.

Methods Analyze and synthesize data of the previous research on the factors and pathways of elite athlete development in 10 sports (athletics, badminton, boxing, cycling, shooting swimming, table tennis, taekwondo, tennis and weightlifting) of 6 countries; France, United Kingdom, Japan, USA, South Korea, Australia, and model of pathway for elite athlete development in Thailand. (Booverabut and Ruangmanotam, 2009a; 2009b; 2010a; 2010b; 2010c; 2010d; 2010e). Then the new operative and functioning system for Thai model of elite athletes' development toward sustainability, continuity, and productivity must be utilized.

Results The results founded that the operative and functioning system were 3 cycles or loops of; 1) management system and contexts and goals shifting, 2) athlete, and 3) coaches and official development. Plus the

5 acceleration factors on; 1) Long-term supportive continuums, 2) Effective budget planning 3) Cooperation and coordination of SAT, Thai National Olympic Committee and National Govern Body of sport, 4) Win-win co-operational climate, and 5) Media and outer sponsorships.

Conclusion The operation and functioning system for elite athlete development model of Thailand toward sustainability, continuity, and productivity, beginning with structure of cooperating policies, indicating crucial and replacement factors in the loop of athletes, coaches and official development. Targeting and benchmark indicating on outputs expectation annually and outcomes every 4-5 years. Creating win-win of cooperative working climates among SAT, Olympic Committee of Thailand and Sports Associations. As well as Media and outer sponsorships must be the keys.

Key Words: Operation and functioning / Elite athlete development / Sustainability / Continuity / Productivity

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันระบบการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศของประเทศชั้นนำทางการกีฬาเพิ่มความเหมือนกันมากขึ้น เนื่องจากการเผยแพร่ข้อมูลสู่สาธารณะมากขึ้น ทั้งมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างหลายประเทศ และการวิจัยร่วมกันศึกษาปัจจัย วิเคราะห์แนวทางการปฏิบัติงาน ในการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศ เพื่อสร้างและขยายระบบอย่างต่อเนื่อง พัฒนาเป็นแบบจำลอง แนวทางพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศที่คล้ายกัน และต่างมุ่งสู่เป้าหมายเดียวกัน คือ การเพิ่มเหรียญรางวัล ระดับโอลิมปิก เท่ากับว่าในตลาดการแข่งขันเหรียญกีฬา ทุกประเทศสามารถจัดเตรียมปัจจัยต่างๆ จากการขยายฐานความรู้ให้เหมาะกับบริบทของแต่ละประเทศ

กรีน และโฮลิฮาน (Green and Houlihan, 2005) เปรียบเทียบการจัดทำแนวทางในการพัฒนานักกีฬา 9 ประเทศ และสรุปปัจจัยที่เป็นกุญแจสำคัญ ที่รัฐบาลต้องเข้ามาจัดการและสนับสนุนอย่างต่อเนื่อง 5 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านการสนับสนุนการเงิน 2) ด้านสถานที่ฝึกซ้อมและสิ่งอำนวยความสะดวก 3) ด้านการโค้ชและการพัฒนาโค้ช 4) ด้านวิทยาศาสตร์และเวชศาสตร์การกีฬา 5) ด้านโอกาสในการแข่งขันระดับ (นานาชาติ และปฏิทินการแข่งขัน ซึ่งใกล้เคียงกับชุดวิจัยของ เดอ บอสชาย และคณะ (DeBosscher et al, 2007; 2008; 2009) ที่ศึกษาปัจจัยและแนวทางการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศอย่างต่อเนื่อง โดยศึกษาเปรียบเทียบปัจจัยการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศของ 6 ประเทศ ได้แก่ นอร์เวย์ เบลเยียม เนเธอร์แลนด์ แคนาดา อิตาลี และสหราชอาณาจักร พบว่า ทุกปัจจัยต้องกำหนดเป็น นโยบาย โดยได้สร้างเป็นแบบจำลองปัจจัยนโยบายทางการกีฬานำสู่ความสำเร็จในระดับนานาชาติ เรียกว่า SPLISS (Sport Policy Factors Leading to International Sport Success) ประกอบด้วย 9 เสาหลัก (Pillars) และ

ได้แก่ 1) การสนับสนุนทางการเงิน 2) องค์กรและโครงสร้างนโยบายการกีฬา 3) ฐานรากและการเข้าร่วม 4) ประสิทธิภาพผลงาน 5) ความเป็นเลิศ 6) สถานที่ฝึกซ้อม 7) การโค้ชและการพัฒนาโค้ช 8) โอกาสในการแข่งขันระดับนานาชาติ และ 9) การวิจัยทางวิทยาศาสตร์

แบบจำลองแนวทางการพัฒนานักกีฬานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศประเทศไทย (Boonverabut and Ruangmanotam, 2010e) ประกอบด้วย 4 กลยุทธ์ รวม 13 ปัจจัยสำคัญที่ควรนำมากำหนดนโยบายทางการกีฬา ดังนี้ กลยุทธ์ (ก) ปัจจัยนำเข้า ได้แก่ ปัจจัยที่ 1 ปัจจัยด้านงบประมาณ 2 การจัดการองค์กร และ 3 การกำหนดนโยบายทางการกีฬาและโครงสร้างของนโยบาย (ข) กระบวนการ ได้แก่ปัจจัยที่ 4 การเพิ่มจำนวนผู้เข้าร่วมและนักกีฬาพื้นฐาน 5 งานวิจัยทางวิทยาศาสตร์ 6 นักกีฬาและแนวทางในการพัฒนานักกีฬาที่มีพรสวรรค์ 7 ศูนย์ฝึกกีฬา เป็นเลิศ 8 โค้ช กรรมการผู้ตัดสินและการพัฒนา และ 9 โอกาสในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติและหรือนานาชาติ (ค) ระบบการปฏิบัติการ ได้แก่ปัจจัยที่ 10 ระบบการปฏิบัติการในการพัฒนานักกีฬาเป็นเลิศ 11 การให้รางวัล การจัดการศึกษาและอาชีพหลังการเป็นนักกีฬา และ 12 สื่อและผู้สนับสนุนภายนอก และกลยุทธ์ (ง) กระบวนการติดตามผลการดำเนินงาน และ 13 การสร้างสัญลักษณ์ ความเป็นเลิศของการกีฬาแห่งประเทศไทยหรือประเทศไทย อย่างไรก็ตามการมีแบบจำลองเป็นเพียงข้อมูลเบื้องต้น ควรพัฒนาและปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมตามบริบทของประเทศ ณ ขณะนั้น การนำแบบจำลองไปใช้ให้เกิดประสิทธิภาคนั้นทุกประเทศต่างให้ความสำคัญเหมือนกันที่การดำเนินการและการปฏิบัติงานตามแบบจำลอง ซึ่งต้องการบุคคลในทุกระดับที่มีความเข้าใจ มุ่งมั่นและรับผิดชอบ เพื่อให้ประสบผลสำเร็จตามแผนและนโยบายของแบบจำลอง

ประเทศไทยมีโครงสร้างพื้นฐานด้านการกีฬาที่ดีอยู่แล้ว และเป็นโครงสร้างการจัดการในอุดมคติของหลายประเทศ คือ ไม่ซับซ้อน รัฐเป็นเจ้าของหลักมืองค์กรของรัฐภายใต้กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา คือ การกีฬาแห่งประเทศไทยและองค์กรร่วมคือกรมพลศึกษามีแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ พ.ศ. 2550-2554 มีแผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 4 มีแผนยุทธศาสตร์การกีฬาแห่งประเทศไทยและคู่มือการบริหารแผนยุทธศาสตร์การกีฬาแห่งประเทศไทย พ.ศ. 2553-2557 แต่จากรายงานผลการประเมินการบริหารแผนยุทธศาสตร์การกีฬาแห่งประเทศไทย ปี พ.ศ. 2553 พบว่ามีประเด็นปัญหาที่ต้องปรับปรุง ดังนี้

1. ยุทธศาสตร์ขาดการบริหาร การติดตามและการประเมินผลที่ชัดเจน
2. บุคลากรยังมีความเข้าใจการบริหารยุทธศาสตร์ไม่สอดคล้องต่อการพัฒนาองค์กรให้มีศักยภาพสูงที่จะสนองตอบการดำเนินงานตามแผนยุทธศาสตร์การกีฬาให้บรรลุผลสัมฤทธิ์
3. แผนปฏิบัติการและรายการมีลักษณะเป็นงานประจำ ขาดการพัฒนาที่เป็นระบบ ต่อเนื่อง กระบวนการเป็นกระบวนการเดิมเหมือนกับปีงบประมาณที่ผ่านมาเป็นส่วนใหญ่
4. การออกแบบและพัฒนารายการขาดทิศทาง ไม่มีความชัดเจนและไม่สอดคล้องกับหลักการของการจัดการเชิงกลยุทธ์
5. รายการขาดการวิเคราะห์ผลผลิต ผลลัพธ์ และผลกระทบ
6. การขอบประมาณยังขาดการวิเคราะห์ความคุ้มค่าและเน้นงบประมาณด้านบริหารจัดการสูง
7. ผู้รับผิดชอบรายการขาดทักษะและความรู้ความเข้าใจในการบริหารจัดการ
8. รายการขาดการประเมินศักยภาพในการปฏิบัติสู่การบรรลุวัตถุประสงค์และผลที่คาดว่าจะได้รับเชิง

ผลสัมฤทธิ์ที่เป็นรูปธรรม (ผลผลิต ผลลัพธ์)

9. ขาดระบบการบริหารแผนงาน การติดตามประเมินผลของฝ่าย สำนัก กอง หน่วยงานที่มีประสิทธิภาพ และเชื่อมโยงสู่การพัฒนาองค์กรตามแผนยุทธศาสตร์

10. การประเมินติดตามผลการดำเนินงานของหน่วยงานและแผนปฏิบัติการรายการที่ผ่านมาส่วนใหญ่พบว่า ขาดการวิเคราะห์ความคุ้มค่าของการลงทุน การประเมินผลสัมฤทธิ์ทางยุทธศาสตร์และการสังเคราะห์ผลการดำเนินงานของรายการสู่การตัดสินใจทางการบริหารที่เป็นระบบ พร้อมทั้งไม่มีการเสนอทางเลือกทางออกที่เหมาะสมให้ผู้ดำเนินรายการเพื่อนำไปสู่การพัฒนาดำเนินงานตามแผนยุทธศาสตร์

11. การกีฬาแห่งประเทศไทย มีการจัดทำแผนยุทธศาสตร์ในระดับองค์กรแต่ขาดการกระจายยุทธศาสตร์ตัวชี้วัดสู่ระดับฝ่าย สำนัก กอง หน่วยงาน ทำให้พันธะสัญญาทางยุทธศาสตร์ไม่ได้ถูกสร้างในองค์กร อีกทั้งหน่วยงานในระดับย่อยยังขาดกลยุทธ์ในการดำเนินงานที่มีความชัดเจนก่อให้เกิดปัญหาในการพัฒนาเพื่อผลักดันให้วิสัยทัศน์และเป้าประสงค์บรรลุผลสัมฤทธิ์ไม่ชัดเจน อีกทั้งไม่สามารถวัดศักยภาพและความสามารถในการปฏิบัติงานของผู้บังคับบัญชาและบุคลากรได้ชัดเจน

การดำเนินงานจัดทำชุดวิจัย การศึกษาปัจจัยและแนวทางในการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศใน 10 ชนิดกีฬา ของ 6 ประเทศ (ประเทศฝรั่งเศส สหราชอาณาจักร สหรัฐอเมริกา เกาหลีใต้ ญี่ปุ่น ออสเตรเลีย) ตลอดจนเปรียบเทียบระหว่างทั้ง 6 ประเทศกับ ประเทศไทย และสังเคราะห์เสนอแบบจำลองแนวทางในการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศประเทศไทย โดย สิบสาย บุญวีรบุตร และ ลัดดา เรืองมโนธรรม (Booverabut and Ruangmanotam, 2009a; 2009b; 2010a; 2010b; 2010c; 2010d; 2010e) อย่างไรก็ตามแบบจำลองฯ ยังต้องการระบบการดำเนินการ และปฏิบัติงาน เป็นแนวทางพัฒนา เพื่อมีโอกาสแย่งรางวัล

ในตลาดเหรียญจากการแข่งขันกีฬานานาชาติ และ กีฬาโอลิมปิก การจัดทำรูปแบบระบบการดำเนินการ และปฏิบัติงานตามแบบจำลองประเทศไทยสู่ความยั่งยืน ต่อเนื่อง และมีประสิทธิผล จึงมีความสำคัญจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องศึกษา การวิจัยครั้งนี้จึงเป็นการศึกษาต่อเนื่องจาก ชุดโครงการวิจัยของการกีฬาแห่งประเทศไทยดังกล่าว โดยคณะผู้วิจัยกลุ่มเดียวกัน

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อจัดทำระบบการดำเนินการ และปฏิบัติงาน ในการพัฒนานักกีฬาเป็นเลิศของประเทศไทยสู่ความ ยั่งยืน ต่อเนื่อง และมีประสิทธิผล

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเอกสาร เป็นรายงานผลการศึกษา ปัจจัยและแนวทางในการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศ ตามแบบจำลองประเทศฝรั่งเศส สหราชอาณาจักร สหรัฐอเมริกา เกาหลีใต้ ญี่ปุ่น ออสเตรเลีย ที่ศึกษา โดยผู้วิจัยด้วยการเดินทางไปเก็บรวบรวมข้อมูล ณ ประเทศเป้าหมาย จำนวน 7 เรื่อง และรายงาน การเปรียบเทียบและจัดทำแนวทางการพัฒนานักกีฬา สู่ความเป็นเลิศ: แบบจำลองประเทศไทย (Booverabut and Ruangmanotam, 2009a; 2009b; 2010a; 2010b; 2010c; 2010d; 2010e)

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. รวบรวมรายงานการวิจัยที่ใช้เป็นเอกสารหลัก (กลุ่มตัวอย่างเอกสาร) ในการวิจัยครั้งนี้ และข้อมูล จากการวิจัยเรื่องดังกล่าว

2. รวบรวมรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการ บริหารจัดการพัฒนานักกีฬาเป็นเลิศ และเอกสารแผน พัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 4 แผนยุทธศาสตร์

การกีฬาแห่งประเทศไทยและคู่มือการบริหารแผน ยุทธศาสตร์การกีฬาแห่งประเทศไทย พ.ศ. 2553-2557 แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ พ.ศ. 2550-2554 และ 11 ประเด็นปัญหาจากรายงานผลการประเมิน การบริหารแผนยุทธศาสตร์การกีฬาแห่งประเทศไทย ปี 2010

3. การสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมแบบกึ่งเตรียมการ จากบุคลากรสมาคมกีฬา คณะกรรมการโอลิมปิก และข้าราชการกระทรวงที่เกี่ยวข้องกับการบริหาร จัดการการกีฬาของแต่ละประเทศ ทางอีเมลล์ในกรณี ที่ต้องการข้อมูลเพิ่มเติม

ขั้นตอนดำเนินการศึกษา

1. วิเคราะห์ปัจจัยและแนวทางในการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศ ตามแบบจำลอง 6 ประเทศ เป้าหมาย (ฝรั่งเศส สหราชอาณาจักร สหรัฐอเมริกา เกาหลีใต้ ญี่ปุ่น ออสเตรเลีย)

2. วิเคราะห์ผลการเปรียบเทียบปัจจัยและแนวทาง ในการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศ ตามแบบจำลอง 6 ประเทศเป้าหมาย

3. สร้างบทสรุปจากผลการวิเคราะห์และสังเคราะห์ ข้อมูล

4. กำหนดกรอบแนวคิดระบบการดำเนินการ และปฏิบัติงานตามแบบจำลองแนวทางในการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศประเทศไทยสู่ความยั่งยืน ต่อเนื่อง และมีประสิทธิผล จากข้อมูลการเปรียบเทียบระบบ การดำเนินการและการปฏิบัติงานของผลการศึกษาดำเนินการและการปฏิบัติงานของผลการศึกษาดำเนินการตามข้อ 1 - ข้อ 3

5. จัดทำระบบการดำเนินการและปฏิบัติงานตามแบบจำลองเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนานักกีฬา สู่ความเป็นเลิศประเทศไทยสู่ความยั่งยืน ต่อเนื่อง และมีประสิทธิผล

6. ประชุมนำเสนอผลการศึกษาเปรียบเทียบ ปัจจัยและแบบจำลองแนวทางในการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศประเทศไทย ต่อผู้บริหารและเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องของการกีฬาแห่งประเทศไทย อภิปรายการดำเนินงานและการปฏิบัติงานสู่ความยั่งยืน ต่อเนื่องและมีประสิทธิผล

7. สรุปรูปแบบระบบการดำเนินการและปฏิบัติงานตามแบบจำลองแนวทางในการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศประเทศไทยสู่ความยั่งยืน ต่อเนื่อง และมีประสิทธิผล

การตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล

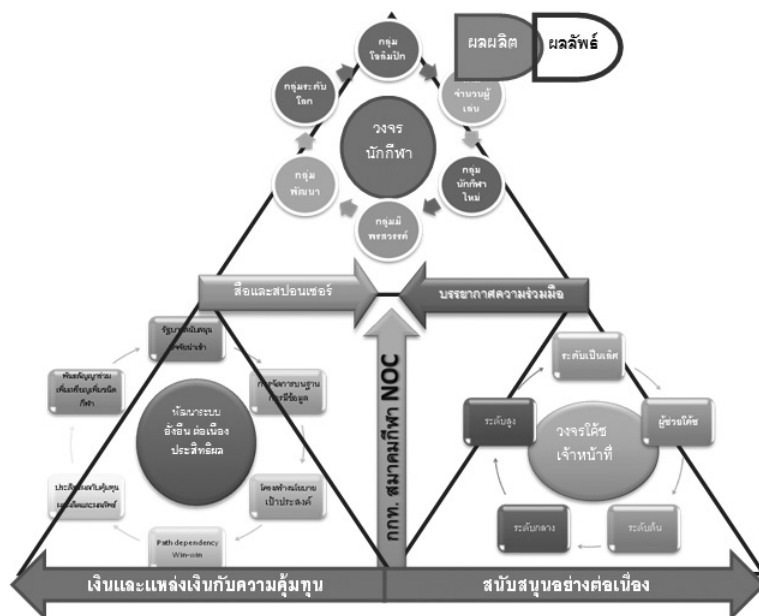
ดำเนินการตรวจสอบบทสรุปแบบเพื่อพิสูจน์ความน่าเชื่อถือของข้อมูลด้วยการ

1. ตรวจสอบแบบสามเ้า ด้วยการทบทวนซ้ำ ข้อมูลจากเอกสารที่ได้รับจากการเดินทางไปเก็บรวบรวมข้อมูลกลุ่มประเทศเป้าหมาย การบันทึกข้อมูลของคณะผู้วิจัย เทียบบันทึกเสียงการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง และผลการประชุมวิพากษ์ร่างแบบจำลองฯตามวิธีเก็บรวบรวมข้อมูลข้อ 1

2. เปรียบเทียบข้อมูลและทบทวนทำซ้ำกรอบแนวคิดและบทสรุประบบการดำเนินการและปฏิบัติงานตามแบบจำลองแนวทางในการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศประเทศไทยสู่ความยั่งยืน ต่อเนื่อง และมีประสิทธิผล

ผลการวิจัย

จากผลการวิจัย พบว่า แบบจำลองแนวทางในการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศที่ดีควรเริ่มที่โครงสร้างนโยบายทางการกีฬาที่ชัดเจน วัดผลได้ ประเมินได้ และเป็นไปได้ เช่น การเพิ่มเหรียญ เพิ่มชนิดกีฬาในการแข่งขันกีฬาโอลิมปิก และมีแนวทางการดำเนินการและปฏิบัติงานตามแบบจำลองฯ สู่การพัฒนาแบบยั่งยืน ต่อเนื่อง และมีประสิทธิผล ไปในทางเดียวกันของทุกหน่วยงานองค์กรที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนานักกีฬา โดยกำหนดแผนช่วง 4-5 ปี ใช้สัญลักษณ์รูปวงจรถัดไปแต่ละปัจจัยต้องได้รับการพัฒนา ทดแทนและชัดเจนจึงจะยั่งยืน ประกอบด้วย 3 วงจรพัฒนา ได้แก่ 1) วงจรการพัฒนากระบวนการดำเนินการและปฏิบัติการ 2) วงจรการพัฒนานักกีฬา 3) วงจรการพัฒนาโค้ชและเจ้าหน้าที่ และอีก 5 ปัจจัยเร่ง ได้แก่ (1) ความต่อเนื่องในการสนับสนุน (2) การสนับสนุนเงินแบบคุ่มทุนตามเป้าประสงค์ (3) การกำกับดูแลระหว่างการศึกษาแห่งประเทศไทย สมาคมกีฬาและคณะกรรมการโอลิมปิกแห่งประเทศไทย ร่วมกับ (4) การจัดบรรยากาศความร่วมมือแบบต่างได้รับผลประโยชน์แทนระบบสั่งการ (5) สื่อและสปอนเซอร์ที่เป็นระบบปฏิบัติการด้านการใช้สื่อประชาสัมพันธ์กับการสนับสนุนจากภายนอก



รูปที่ 1 วงจรความ ยั่งยืน ต่อเนื่องและประสิทธิผลในการพัฒนากีฬาสู่ความเป็นเลิศ

อภิปรายผลการวิจัย

การอภิปรายผลการศึกษาค้างนี้ นำเสนอตาม วงจรพัฒนา 3 ด้าน และ 5 ปัจจัยเร่ง ดังนี้

วงจรพัฒนา 3 ด้าน

1. วงจรการพัฒนากระบวนการดำเนินการ และ ปฏิบัติงาน สู่ความยั่งยืน ต่อเนื่องและมีประสิทธิผล เกือบทุกประเทศที่ศึกษา (ยกเว้นประเทศสหรัฐอเมริกา ที่มีโครงสร้างการจัดการทางการกีฬาที่แตกต่างจาก ทุกประเทศ) และประเทศไทย วงจรนี้ควรประกอบด้วย 6 ปัจจัยหลัก คือ

1.1 การมีเจ้าภาพหลัก ซึ่งประเทศไทยมี การกีฬาแห่งประเทศไทย (กกท.) รับผิดชอบ กำกับ สนับสนุน ตามสัดส่วนความสำเร็จที่คาดว่าจะได้รับ ตามพันธะสัญญา

1.2 การจัดการบนฐานข้อมูล โดย กกท. กำหนดเป็นนโยบาย เป้าหมายการนำข้อมูลไปใช้ เนื้อหา รูปแบบและการประชาสัมพันธ์ข้อมูลสู่สาธารณะ และ

ให้ทุกสมาคมกีฬาจัดทำข้อมูล จำนวนสมาชิกสโมสร ประชากรนักกีฬาโค้ชและเจ้าหน้าที่ในทุกระดับทั้งระดับ จังหวัด ระดับชาติ ระดับนานาชาติ จำนวนสมาชิก บุคคล จำนวนนักกีฬาในกลุ่มที่มีพรสวรรค์ กลุ่มนักกีฬา เป็นเลิศ อันดับของนักกีฬาในประเทศไทยและอันดับโลก ความเป็นปัจจุบันของข้อมูลบนเว็บไซต์และระบบการ เผยแพร่หรือสื่อสารกับสมาชิก ทั้งจัดเวปบอร์ดสำหรับการ สื่อสาร มีวารสารสมาคมให้สมาชิก ซึ่งกกท.เป็น ผู้กำกับและกระตุ้นให้ปฏิบัติโดยการสนับสนุนงบประมาณ ตามเป้าประสงค์ตลอดระยะเวลา 4 ปี

1.3 การตั้งเป้าประสงค์ (Targeting) กำหนด เป็นโครงสร้างของนโยบายการเพิ่มเหรียญ เพิ่มชนิดกีฬา ทั้งกกท.และสมาคมกีฬาร่วมกันศึกษาวิเคราะห์จาก 3-4 การแข่งขันโอลิมปิกที่ผ่านมา ระบุข้อเท็จจริง ข้อดี ข้อด้อยและแบ่งระดับความสามารถของนักกีฬาออกเป็น 3 กลุ่มคือ กลุ่ม A คือกลุ่มที่มีศักยภาพที่จะได้เหรียญ ในการแข่งขันครั้งต่อไป (กลุ่มเพิ่มเหรียญ) กลุ่ม B

คือกลุ่มที่จะสามารถผ่านการคัดเลือกเพื่อเข้าร่วมในการแข่งขันโอลิมปิก (กลุ่มเพิ่มชนิดกีฬา) กลุ่ม C คือกลุ่มพัฒนาที่สามารถได้เหรียญจากการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ และการพัฒนาเพื่อให้มีอันดับโลกที่มีข้อตกลงร่วมกันในการกำหนดเป้าประสงค์ และสัดส่วนการสนับสนุน

1.4 การร่วมดำเนินการแบบ ต่างได้รับผลตอบแทน (Win-Win situation) ระหว่างกกท.กับสมาคมกีฬา ฯ และการจัดสรรงบประมาณกับสัดส่วนความสำเร็จในการสนองนโยบาย การเพิ่มเหรียญเพิ่มชนิดกีฬา

1.5 ประกาศเป็นนโยบายการลงทุนทางการกีฬา แนวใหม่ที่เน้นถึงความคุ้มค่าระหว่างทุนกับประสิทธิภาพของการลงทุนทั้งผลลัพธ์และผลผลิต

1.6 พันธสัญญาที่เป็นบันทึกความร่วมมือที่มุ่งมั่นเพื่อให้ประสบผลสำเร็จการเพิ่มเหรียญ เพิ่มชนิดกีฬา เพื่อลดขั้นตอนและเพิ่มความคล่องตัวในการดำเนินการและปฏิบัติการ ให้เป็นไปตามนโยบายโดยไม่เกี่ยวข้องกับการเมือง ต่อเนื่องและเป็นระบบควรมีการแต่งตั้งคณะกรรมการการกีฬาเพื่อความเป็นเลิศแห่งชาติ และคณะกรรมการการพัฒนานักกีฬาที่มีพรสวรรค์แห่งชาติ

2. วงจรนักกีฬา การพัฒนานักกีฬาให้มีคุณภาพ มีจำนวนตัวเลือกที่ดีและมาจากระบบการคัดสรรที่มีประสิทธิภาพ เข้ามาในระบบการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศโดยคณะกรรมการการพัฒนานักกีฬาที่มีพรสวรรค์แห่งชาติต้องบูรณาการให้หน่วยงานต่างๆ ดำเนินงาน ดังนี้

2.1 การเพิ่มจำนวนผู้เล่นที่มีความสามารถ

2.2 กลุ่มนักกีฬาใหม่

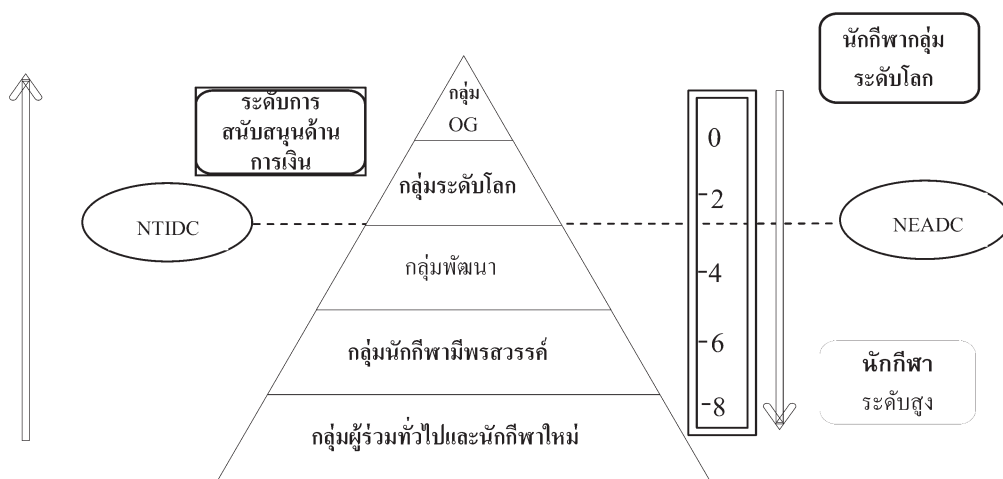
2.3 กลุ่มนักกีฬารพรสวรรค์

2.4 กลุ่มนักกีฬาพัฒนา คือกลุ่มนักกีฬาที่เป็นทีมชาติใหม่

2.5 กลุ่มนักกีฬาระดับโลก

2.6 กลุ่มนักกีฬาระดับโอลิมปิก

โครงการ Sport Heroes สนับสนุนนักกีฬาที่มีพรสวรรค์ให้พัฒนาความสามารถสูงขึ้น ซึ่งการดำเนินการและการปฏิบัติงานตามโครงการฯ ต้องได้รับการพัฒนาอย่างจริงจังและต่อเนื่อง ดังนี้ 1) การกำหนดการตั้งเป้าประสงค์และการปฏิบัติงานตามความสำเร็จ 2) ระบบการกำหนดคุณสมบัติและการคัดสรรนักกีฬาที่มีพรสวรรค์ 3) การจัดกลุ่มนักกีฬาและสัดส่วนการสนับสนุน เพื่อสร้างแรงบันดาลใจให้นักกีฬาระดับต่ำกว่า และติดตามการใช้งบประมาณแบบคุ้มค่าตามที่มีพันธสัญญาไว้ หนึ่งความแตกต่างที่ชัดเจนในระบบการปฏิบัติการของทุกประเทศกับประเทศไทยคือระบบการเชิดชูเกียรติ ตั้งแต่ความโปร่งใส ชัดเจน มีเหตุผล การกำหนดคุณสมบัติและประกาศในเว็บไซต์เพื่อให้เกียรติ และการให้สัดส่วนการสนับสนุนที่แตกต่างกันเพื่อให้ นักกีฬาเรียนรู้ที่จะยอมรับคุณค่าไปพร้อมกับเงินรางวัลเมื่อได้รับชัยชนะ 4) มีนโยบายการเพิ่มจำนวนนักกีฬาเป็นเลิศจากกีฬาใหม่หรือรายการใหม่ จึงจะเกิดประสิทธิภาพการเพิ่มเหรียญ โดยสนับสนุนด้านต่างๆ เช่น ด้านโค้ช ศูนย์ฝึกและสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านข้อมูลการวิจัย การเพิ่มโอกาสในการแข่งขันทั้งระดับชาติและนานาชาติ และด้านการเงิน การศึกษาและการเตรียมอาชีพ



รูปที่ 2 ระยะเวลาการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศและการสนับสนุน

3. วงจรพัฒนาโค้ชและเจ้าหน้าที่ จัดระบบปฏิบัติการฝึกอบรมโค้ช (Coach Education) ที่เพิ่มทั้งด้านคุณภาพและปริมาณสำคัญต่อการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศ โดยจัดทำเป็นหลักสูตรเชื่อมต่อกันทั้งภาครัฐและสมาคมกีฬาให้สอดคล้องกับการแบ่งระดับวุฒิบัตรโค้ชที่กกท. และทุกสมาคมกีฬาควรจัดและสามารถต่อยอดสู่หลักสูตรประกาศนียบัตรนานาชาติได้ 5 ระดับ คือ ระดับ 1 หลักสูตรผู้ช่วยโค้ช ระดับ 2 โค้ชระดับต้น ระดับ 3 โค้ชระดับกลาง ระดับ 4 โค้ชระดับสูง และระดับ 5 โค้ชระดับเป็นเลิศ

การพัฒนา**เจ้าหน้าที่กีฬา** หมายรวมถึงกรรมการผู้ตัดสิน และกรรมการบริหารสหพันธ์กีฬานานาชาติ ซึ่งมีความสำคัญต่อการพัฒนาสู่ความเป็นเลิศ สามารถจัดให้คู่ขนานไปกับการพัฒนานักกีฬาและโค้ช ทั้งนี้ การเพิ่มจำนวนเจ้าหน้าที่ ผู้ตัดสิน และคณะกรรมการในสหพันธ์กีฬานานาชาติ ทำให้ออกจากจะทราบทิศทางแนวโน้ม แล้วยังมีสิทธิ์ออกเสียงในการกำหนดนโยบายการพัฒนากีฬานั้นๆระดับนานาชาติอีกด้วย

ปัจจัยเร่ง 5 ด้าน

ปัจจัยเร่งสู่เป้าหมาย 5 ด้านเป็นกระบวนการเร่งให้

เกิดการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศประสบผลสำเร็จตามเป้าประสงค์ โดยแต่ละปัจจัยและรายละเอียดมีความยืดหยุ่นสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามวาระของยุทธศาสตร์การกีฬา ประกอบด้วย

ปัจจัยเร่ง 1 ความต่อเนื่องในการสนับสนุนเป็นกระบวนการคิดที่จะให้เกิดการเชื่อมโยงระหว่างปัจจัยนำสู่การสอดประสานให้เป็นระบบและบรรยากาศความร่วมมือบนฐานของการได้ประโยชน์ทั้งสองฝ่ายคือ win-win situation กำหนดเป้าประสงค์และ**ความสำเร็จใหม่** ที่เป็นผลผลิตที่มีผลกระทบจากการลงทุน เช่น มินิโยบายที่เพิ่มขึ้น จำนวนนักกีฬาที่ผ่านการคัดเลือกเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาระดับสูงเพิ่มขึ้น มีจำนวนสมาคมกีฬาที่มีความสามารถและศักยภาพในการจัดการแข่งขันและพัฒนาระบบการบริหารที่ดีขึ้น มีจำนวนผู้ตัดสินและเจ้าหน้าที่ในระดับสมาคมและสหพันธ์กีฬานานาชาติเพิ่มขึ้น มีโครงการ/กิจกรรมหรือมีแผนยุทธศาสตร์ที่แสดงถึงความตั้งใจจริงในการลงทุน มีการดำเนินงานที่สร้างสรรค์เพื่อสร้างความยั่งยืนต่อเนื่อง ตามเป้าประสงค์และการเปรียบเทียบวัดในทุกยุทธศาสตร์ เป็นต้น

ปัจจัยเร่ง 2 การสนับสนุนเงินแบบค้ำหนุนตามเป้าประสงค์ การบริหารเงินงบประมาณและรายได้แนวใหม่ กกท.ควรให้การสนับสนุนตามผลสัมฤทธิ์หรือค้ำหนุนยิดประสิทธิผล (ทั้งผลผลิตและผลลัพธ์) ตามเป้าประสงค์ รวมทั้งผลกระทบต่อการพัฒนาระบบและสร้างความยั่งยืน แทนการจัดสรรงบประมาณให้หน่วยงาน/สมาคมกีฬาแบบถ้วนหน้าและเท่ากัน นอกจากนี้การสร้างเสริมแรงจูงใจ ด้วยการกำหนดรางวัลให้กับความพยายาม การปฏิบัติตามพันธะสัญญาของหน่วยงานภายในของกกท. และการบริหารอำนาจแบบเชิงบวกของ กกท. กับสมาคมกีฬาและหน่วยงานภายนอก ด้วยระบบการจัดการที่โปร่งใส มีจรรยาบรรณกับสมาชิก เผยแพร่ข้อมูล และให้ความสำคัญกับการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศมากที่สุด

ปัจจัยเร่ง 3 การกำกับดูแลและหว่างการกีฬาแห่งประเทศไทย สมาคมกีฬาและคณะกรรมการโอลิมปิกแห่งประเทศไทย ซึ่งควรดำเนินการร่วมกับปัจจัยเร่งที่ 4 ที่รัฐบาลมีกกท. เป็นเจ้าภาพหลักและเป็นแม่แบบในการสร้างอัตลักษณ์ เป้าประสงค์ การจัดเตรียมปัจจัย การดำเนินงานตามยุทธศาสตร์และการประเมินผลตามเป้าประสงค์ ปัจจุบันทุกประเทศมีการจัดทำแนวทางสู่ความเป็นเลิศของหลายประเทศมีความคล้ายกันมากขึ้น และการมีวิสัยทัศน์เกี่ยวกับกระบวนการจัดการต้องอยู่บนฐานของความตั้งใจจริง ความเข้าใจบริบทแต่ละชนิดกีฬา นอกจากนี้ในเชิงระบบใช้แนวทางที่ลดความขัดแย้งและมีเป้าหมายการประเมินผล ด้วยการกำหนดเป็นนโยบายช่วง 4 ปี จะทำให้เกิดอัตราเร่งสู่ความสำเร็จเร็วขึ้นเพราะมีดัชนีชี้วัดและเกณฑ์มาตรฐาน (Benchmark)

การกำหนดโครงสร้างนโยบาย การเพิ่มเหรียญเพิ่มชนิดกีฬาเพื่อเป็นกรอบการดำเนินการและปฏิบัติงานร่วมกันระหว่างหน่วยงานภายในของการกีฬาแห่งประเทศไทย สมาคมกีฬาและคณะกรรมการโอลิมปิก

แห่งประเทศไทย ในการพัฒนานักกีฬาเป็นเลิศ เมื่อพิจารณาตามโครงสร้างการบริหารทุกหน่วยงานภายใน กกท.พบว่ามีความเหมาะสม เพียงแต่ต้องการพัฒนาระบบปฏิบัติการความร่วมมือ ตั้งแต่การกำหนดเป็นนโยบายร่วมกัน (Policy Congruent) บทบาทหน้าที่เพื่อให้บรรลุเป้าประสงค์ตามตัวชี้วัดและเป้าประสงค์ในเวลา 4-5 ปี ตามวาระของการแข่งขันกีฬาโอลิมปิกดังที่ใช้กันในประเทศต่างๆ ขณะที่ปัจจุบันการบริหารสมาคมกีฬาในประเทศไทยมีวาระ 2 ปี กกท.จึงควรกำหนดเป็นพรบ. เพื่อกำกับ ดูแลการดำเนินงานและระบบปฏิบัติการ โดยที่สมาคมกีฬายังคงมีอิสระในการบริหาร และที่สำคัญที่สุดคือความต่อเนื่องเชิงเทคนิคในการพัฒนานักกีฬาโค้ชและเจ้าหน้าที่ เพราะปัจจุบันมีการเปลี่ยนพรบ.การบริหารสมาคมกีฬาที่กกท. ไม่สามารถกำกับ ดูแลการลงทุนและความค้ำหนุนการดำเนินงานตามนโยบายการกีฬาสู่ความเป็นเลิศของชาติได้เพราะทุกสมาคมได้เปลี่ยนแปลงกฎ ระเบียบ และข้อบังคับสมาคมที่กกท. ไม่สามารถกำกับดูแลได้ แต่ต้องให้เงินสนับสนุนตามโครงสร้างการบริหารการกีฬาในประเทศไทย ซึ่งทุกประเทศเคยมีปัญหาเช่นเดียวกัน แต่ปัจจุบันได้แก้ไขโครงสร้างการบริหารสมาคมกีฬา ทั้งนี้กกท.ควรกำหนดโครงสร้างหลักของสมาคมกีฬา

โครงสร้างการบริหารสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทย ควรประกอบด้วย

1. คณะกรรมการอำนวยการ (Board of Directors) ทำหน้าที่ในการกำหนด กำกับควบคุมดูแลให้การบริหารสมาคมเป็นไปตามเป้าหมายและยุทธศาสตร์ของสมาคมให้ประสบผลสำเร็จ ทำงานแบบอาสาสมัครเป็นคณะกรรมการที่มาจากหลายสาขา/มีประสบการณ์เกี่ยวข้องกับการพัฒนานักกีฬา เช่น แพทย์ อดีตนักกีฬา ผู้ตัดสิน นักกฎหมาย นักบริหารหรือเป็นผู้ที่มีชื่อเสียงที่สามารถสนับสนุนกิจการของสมาคมได้ ประกอบด้วย

1) นายกสมาคม กรรมการบริหารสมาคมและเลขาธิการสมาคมมาจากการเลือกตั้งโดยกรรมการบริหารสมาคมบางส่วนและจากสมาชิกสโมสร มีวาระคราวละ 4 ปี ทำหน้าที่ร่วมดำเนินการและจัดระบบปฏิบัติการร่วมกับ CEO ของสมาคม ฯ วาระการเป็นนายกสมาคมคือ 4 ปี (เช่นเดียวกับวาระของการแข่งขันกีฬาโอลิมปิกหรือเหลือม 1 ปีหลังโอลิมปิก) สามารถอยู่ในตำแหน่งได้ไม่เกิน 2 วาระ (ในทุกกรณี) มาจากการสรรหาโดยนายกสมาคมกีฬาและสมาชิกสโมสร ชื่อตำแหน่งและจำนวนกรรมการเป็นไปตามพระราชบัญญัติการกีฬาและควมมีมากพอกับภารกิจการกำกับดูแลหน่วยงานในสมาคม

2. คณะกรรมการบริหาร (Board of Committee) เป็น (กลุ่ม) บุคคลที่ได้รับการจ้าง ประกอบด้วย 1 กรรมการฝ่ายบริหารกีฬา ที่เป็นนักบริหารมืออาชีพ ทำหน้าที่ผู้บริหารสูงสุด (Chief Executive Officer: CEO) ที่พิจารณาและคัดเลือกโดยคณะกรรมการอำนวยการ ทำหน้าที่บริหารจัดการกิจการสมาคมเต็มเวลาเพื่อให้ภารกิจประสบผลตามยุทธศาสตร์การพัฒนากีฬาชาติและของสมาคมฯ ที่ได้เสนอไว้กับคณะกรรมการอำนวยการและจัดการให้กิจการสมาคมดำเนินการได้มีประสิทธิภาพ CEO จะบริหารจัดการกิจการสมาคม มีสัญญาอายุปีหรือ 4 ปี ประเมินผลงานเพื่อต่อสัญญาปีต่อไป (4/1) ร่วมกับกรรมการ/เจ้าหน้าที่ฝ่ายบริหารสมาคมปฏิบัติหน้าที่บริหารจัดการสมาคมแบบเต็มเวลาในสำนักงานสมาคมกีฬา โดยมีการกำหนดตำแหน่งหรือหน่วยงานต่างๆ ในสมาคม เช่น วิทยาศาสตร์การกีฬา การเงินการบัญชี ประชาสัมพันธ์ ประสานงาน และควมมีหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาสมาคมสู่การเป็นสมาคมกีฬาชั้นนำอย่างยั่งยืน

3) คณะกรรมการฝ่ายเทคนิคหรือฝ่ายความสามารถ (Performance Board) มีประธานฝ่ายเทคนิค เป็นหัวหน้าและเป็นบุคลากรของการกีฬาแห่งประเทศไทย

ร่วมกับคณะกรรมการเทคนิคอื่นๆ ทำงานแบบมีเงินเดือนที่จ้างโดยสมาคมและเพิ่มเติมจากการกีฬาแห่งประเทศไทย ทำหน้าที่กำกับดูแล และดำเนินงานตามนโยบายของรัฐและสมาคมด้านเทคนิคกีฬา คณะกรรมการฝ่ายเทคนิคนี้จะคงระบบและการดำเนินโครงการพัฒนากีฬาและนักกีฬาเป็นเลิศให้ต่อเนื่อง แม้ว่าคณะกรรมการบริหารหมดวาระและมีช่วงรอยต่อระหว่างการผลิตเปลี่ยนคณะผู้บริหารที่อาจทำให้การดำเนินงานตามนโยบายไม่ต่อเนื่อง ฝ่ายเทคนิคกีฬาปฏิบัติงานเต็มเวลาในสำนักงาน และทุกสมาคมควรมีฝ่ายพัฒนากีฬาเป็นเลิศทำหน้าที่ร่วมกับโค้ชในการพัฒนาโปรแกรมการฝึกซ้อมหลักสูตรโค้ช ผู้ตัดสิน เสนอแนะการพัฒนาระบบฐานข้อมูลและสถิตินักกีฬา ทั้งนี้จำนวนขึ้นอยู่กับความสอดคล้องเหมาะสมกับแต่ละชนิดกีฬา

4) คณะกรรมาธิการสมาคมกีฬา (Commission Advisory Board) เป็นผู้แทนกลุ่มที่มาจากกระบวนการเลือกตั้งผู้แทน ทำหน้าที่ให้ข้อเสนอแนะที่เกี่ยวข้องกับการจัดการของสมาคม ประกอบด้วย กรรมการิการนักกีฬา กรรมการิการผู้ตัดสิน และโค้ช เป็นต้น ร่วมกับคณะกรรมการบริหาร ได้รับสิทธิและปฏิบัติหน้าที่ตามวาระของคณะกรรมการบริหาร ฯ แต่ไม่มีสิทธิ์ออกเสียงเพื่อลงมติ

นโยบายปัจจัยด้านแบบจำลองโครงสร้างการบริหารสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทยใน 6 เรื่องสำคัญที่ต้องเร่งปฏิบัติ ประกอบด้วย (1) แบบจำลองโครงสร้างการบริหารสมาคมกีฬาแห่งชาติ (2) กฎระเบียบแนวปฏิบัติ (3) รายได้ของสมาคมกีฬาแห่งชาติ (4) สโมสรสมาชิก (5) ฐานข้อมูล เครือข่าย และการสื่อสาร และ (6) การยกย่องและการให้รางวัล

การปรับเปลี่ยนที่ต้องดำเนินการไปพร้อมๆ กันคือระบบปฏิบัติการภายในกท. ที่ต้องเร่งการดำเนินงานเชิงรุกคือการประสานความร่วมมือตามนโยบายทุกหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการพัฒนานักกีฬาสู่ความ

เป็นเลิศควรอยู่ในสายการบริหารเดียวกัน ร่วมกัน และแบ่งการทำงานบนฐานข้อมูลเดียวกัน แบ่งปัน ข้อมูลและสื่อสารกันมากขึ้นตั้งแต่บทบาท หน้าที่และความก้าวหน้าในการดำเนินงานของแต่ละหน่วยงาน หากข้อมูลชัดเจน เหมือนกันระหว่างหน่วยงานในกกท. จะสร้างความเชื่อถือและเชื่อมั่นจากสมาคมกีฬา และหน่วยงานอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องและที่สำคัญที่สุดคือ ประสิทธิภาพ คุณภาพและประสิทธิผลการดำเนินงาน ตามนโยบายของกกท.ไปในทางเดียวกัน โดยมีสมาคม กีฬาเป็นองค์กรร่วมดำเนินการตามนโยบายและ เป้าประสงค์ รวมทั้งมีคณะกรรมการโอลิมปิกแห่งประเทศไทยให้การสนับสนุนการพัฒนาการกีฬาและ นักกีฬาสู่ความเป็นเลิศด้านการแข่งขันและด้านการ พัฒนาตามกรอบมาตรฐานของคณะกรรมการโอลิมปิกสากล

ปัจจัยเร่ง 4 จัดบรรยากาศของความร่วมมือเป็นระบบ สร้างและให้กำลังใจตามสถานการณ์ให้ได้รับ ประโยชน์ทั้ง 2 ฝ่าย (Win-Win Situation) ทั้งการ สร้างแรงจูงใจ (Motivation) มีสิ่งกระตุ้น (Incentive) ในทุกความร่วมมือ โดยกำหนดเป็นนโยบายกับสัดส่วน การได้งบประมาณและการสนับสนุน

การสร้างบรรยากาศของความร่วมมือ ประกอบด้วยความเป็นมืออาชีพ การเคารพกฎ การดำเนินงาน แบบมืออาชีพยึดตามนโยบายและเป้าประสงค์ทางการ กีฬา กับการสร้างสรรค์บรรยากาศของการประสาน ความร่วมมืออย่างมีเครือข่ายและเป็นความร่วมมือ แบบ Win-Win Situation คือความท้าทายสูงสุด อย่างไรก็ดี หากการกีฬาแห่งประเทศไทยมุ่งมั่น ตั้งใจจริงน่าจะพิจารณาดำเนินการจากข้อมูลในการ ศึกษาเพื่อเป็นแนวทางการดำเนินงาน ที่เหลือเป็น สิ่งท้าทายความสามารถของหน่วยงานในการกีฬา แห่งประเทศไทยที่จะร่วมประสานการทำงานเพื่อสร้าง อัตลักษณ์และแบรนด์และพัฒนาให้เกิดความจริง

เชิงประจักษ์ ณ ปัจจุบันคือ คัดถึงกีฬา คัดถึง กกท. และเมื่อเข้าใจ มีความตั้งใจจริง มีเป้าประสงค์และ กำหนดเป็นนโยบายเพื่อให้กกท.เป็นแบรนด์ที่มีความ เป็นเลิศที่ไม่ไกลเกินเอื้อมถึง

การสร้างระบบการทำงานที่โปร่งใสและการแบ่งปัน ข้อมูล ความเป็นมืออาชีพ มีคุณธรรมร่วมดำเนินการ ตามเป้าประสงค์ระหว่างเป็นหน่วยงานเพื่อความเป็นเลิศ ภายในกกท.ทั้งการพัฒนานักกีฬาเป็นเลิศคือฝ่ายกีฬา เพื่อความเป็นเลิศ ฝ่ายกีฬาส่วนภูมิภาค ฝ่ายวิทยาศาสตร์ และเวชศาสตร์การกีฬา ฝ่ายการวิจัย กองคลังและ ศูนย์ฝึกกีฬาแห่งชาติและศูนย์ฝึกกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ เพื่อให้มีข้อตกลงและระเบียบที่จะประชุมร่วมกับ สมาคมกีฬาเป้าหมายและหน่วยงานกีฬาอื่นๆ

ปัจจัยเร่ง 5 สื่อและการสนับสนุนจากภายนอก ที่เป็นระบบปฏิบัติการด้านการใช้สื่อประชาสัมพันธ์ กับการสนับสนุนจากภายนอกเพื่อเป็นการกระตุ้นให้ ผู้สนับสนุนใช้สื่อ เพื่อการโฆษณาประชาสัมพันธ์ สร้าง กระแสนิยมทางการกีฬา ได้และรับประโยชน์จากสื่อที่มีผลโดยตรงต่อการขายสินค้าและภาพลักษณ์บริษัท และนักกีฬาได้รับการสนับสนุนเพื่อการพัฒนาตนเอง จากบริษัทเอกชนที่ต้องการใช้สื่อ เพราะการสร้างกระแส โดยการใช้สื่อสามารถปรับเปลี่ยนค่านิยม ความรู้สึก และทัศนคติของสังคมต่อการกีฬา

สรุปผลการวิจัย

ระบบการดำเนินการ และปฏิบัติงาน ตามแบบ จำลองแนวทางในการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศ ประเทศไทย ควรกำหนดเป็น 3 วงจร ประกอบด้วย 1) วงจรการพัฒนาแบบสู่ความยั่งยืน ต่อเนื่องและมี ประสิทธิภาพ 2) วงจรนักกีฬา 3) วงจรโค้ชและเจ้าหน้าที่ และ 5 ปัจจัยเร่ง ประกอบด้วย (1) ความต่อเนื่อง ในการสนับสนุน (2) การสนับสนุนเงินแบบค้ำหนุนอย่างต่อเนื่อง (3) การประสานงานและการร่วมมือระหว่าง

การกีฬาแห่งประเทศไทย คณะกรรมการโอลิมปิกแห่งประเทศไทย และสมาคมกีฬา (4) การจัดบรรยากาศความร่วมมือแบบต่างได้รับผลประโยชน์แทนการบังคับ (5) สื่อและการสนับสนุนจากภายนอก และควรเริ่มที่การจัดให้มีนโยบายร่วมกันในการดำเนินการ การกำหนดปัจจัยสำคัญในวงจรและ ทดแทนและชัดเจน กำหนดตัวชี้วัดตามเป้าหมายและเกณฑ์มาตรฐาน (Benchmark) ทั้งที่เป็นผลผลิตแต่ละปี และผลลัพธ์ช่วง 4-5 ปี จัดสรรเงินอย่างต่อเนื่อง คุ่มทุน และจัดบรรยากาศความร่วมมือ การกำกับดูแลระหว่างการกีฬาแห่งประเทศไทย สมาคมกีฬาและคณะกรรมการโอลิมปิกแห่งประเทศไทย แบบได้รับประโยชน์ทุกฝ่ายแบบ win-win situation และจัดระบบปฏิบัติการด้านสื่อและการสนับสนุนจากภายนอก

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

กกท. ควรริเริ่มกำหนดโครงสร้างนโยบาย การดำเนินงานและระบบการปฏิบัติการตามเป้าประสงค์ แยกหน้าที่และร่วมมือกันในการพัฒนานักกีฬาสู่ความเป็นเลิศ มีการติดตามประเมินผลทั้งด้านผลลัพธ์ ผลผลิตต่อเนื่องทุกๆ ปีตลอด 4-5 ปีตามที่ได้ทำความตกลงไว้ โดยมีคณะกรรมการการพัฒนา นักกีฬาสู่ความเป็นเลิศร่วมเป็นคณะทำงาน เพื่อใช้เป็นส่วนสำคัญในการเพิ่มงบประมาณสนับสนุน ซึ่งการพัฒนาที่ยั่งยืนต้องการความต่อเนื่อง ทดแทนและปรับเปลี่ยนได้ตามช่วงวาระ ทุกปัจจัยในวงจรต่างเกี่ยวพันกัน และส่งผลต่อการสร้างความยั่งยืน ต่อเนื่องและมีประสิทธิผล จะช่วยลดปัญหาการแก้ไขเร่งด่วน (Quick Fix) ที่มักจะใช้การแก้ปัญหาเฉพาะหน้าและการกำหนดความสำเร็จจากการได้เหรียญ ผู้บริหารระดับสูงของประเทศฝรั่งเศส ออสเตรเลีย และสหรัฐอเมริกา ให้ข้อเสนอแนะว่าการคัดเลือกคนที่มีความสามารถ มีอำนาจ และมีประสิทธิภาพมาดำเนินการตามแบบจำลองสำคัญที่สุดเพราะเป็นผู้ประสานและการบูรณาการระหว่าง

หน่วยงานต่างๆ จึงต้องเป็นผู้ที่มีทักษะการสื่อสารและการจัดการที่ดี อดทนและมุ่งมั่นในระบบ ที่อาจต้องใช้เวลาน้อยกว่า 4 ปี ในการดำเนินการและการกำหนดเป้าประสงค์ให้แม่นยำตรงและชัดเจนคือต้องอยู่บนฐานของข้อมูลระหว่างหน่วยงานทั้งภายในการกีฬาเองและหน่วยงานภายนอก

เอกสารอ้างอิง

- Boonverabut, S., and Ruangmanotam, L. (2009a). **A study of factors and pathway constructing on athlete development to sport excellence in France.** Bangkok: Sport Authority of Thailand.
- Boonverabut, S., and Ruangmanotam, L. (2009b). **A study of factors and pathway constructing on athlete development to sport excellence in United Kingdom.** Bangkok: Sport Authority of Thailand.
- Boonverabut, S., and Ruangmanotam, L. (2010a). **A study of factors and pathway constructing on athlete development to sport excellence in Australia.** Bangkok: Sport Authority of Thailand.
- Boonverabut, S., and Ruangmanotam, L. (2010b). **A study of factors and pathway constructing on athlete development to sport excellence in Japan.** Bangkok: Sport Authority of Thailand.
- Boonverabut, S., and Ruangmanotam, L. (2010c). **A study of factors and pathway constructing on athlete development to sport excellence in South Korea.** Bangkok: Sport Authority of Thailand.

- Boonverabut, S., and Ruangmanotam, L. (2010d). **A study of factors and pathway constructing on athlete development to sport excellence in USA**. Bangkok: Sport Authority of Thailand.
- Boonverabut, S., and Ruangmanotam, L. (2010e). **A comparative of the factors and pathway constructing on athlete development to sport excellence: Thai model**. Bangkok: Sport Authority of Thailand.
- De Bosscher, V., Bingham, J., Shibli, S., Van Bottenburg, M., and De Knop, P. (2008). **The global sporting arms race: An international comparative study on sport policy factors leading to international sporting success**. Aachen: Meyer and Meyer.
- De Bosscher, V., De Knop, P., and Van Bottenburg, M. (2007). An international comparison of elite sports policies in six nations. **The Flemish/Dutch Journal of Sports Medicine and Sports Science**, 2, 20-26.
- De Bosscher, V., De Knop, P., Van Bottenburg, M., Shibli, S., and Bingham, J. (2009). **The global sporting arms race: The nine key success determinants in elite sport policies**. Barcelona, 15/11/2009
- Green, M., and Houlihan, B. (2005). **Elite Sport development. Policy learning and political priorities**. London and New York: Routledge.

ผลของการฝึกกระบี่ได้น้ำควบคู่กับกิจกรรมดนตรี ที่มีต่อคะแนนความสามารถในกีฬาระบำนได้น้ำ

วิศรา วรรณกรกุล และศิลปชัย สุวรรณธาดา
คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อ

การแสดงท่าทางให้พร้อมกับดนตรี และเพื่อนร่วมทีม เป็นสิ่งสำคัญในการแข่งขันกีฬาระบำนได้น้ำ ดังนั้นการศึกษาวิธีการพัฒนาศักยภาพด้านการนับจังหวะ จึงมีความจำเป็นในการพัฒนาการแสดงทักษะระบำนได้น้ำให้พร้อมเพรียงกันได้ดียิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของการฝึกกระบี่ได้น้ำควบคู่กับกิจกรรมดนตรีที่มีต่อคะแนนความสามารถของนักกีฬาระบำนได้น้ำ

วิธีดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยใช้ระเบียบแบบกึ่งทดลอง (Quasi-experimental design) แบบทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (pre-post test design) กลุ่มตัวอย่างเป็นอาสาสมัครนักเรียนหญิงอายุระหว่าง 7-10 ปี จากโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายประถม จำนวน 9 คน และนักเรียนจากสโมสรพุฒิสรีโรจน์ จำนวน 8 คน โดยกลุ่มควบคุม ทำการฝึกทักษะระบำนได้น้ำตามปกติ และกลุ่มทดลองทำการฝึกทักษะระบำนได้น้ำควบคู่กับกิจกรรมดนตรี 4 ด้าน ได้แก่ การฟัง การร้อง การเคลื่อนไหว และการคิดแต่งทำนองหรือท่าทางแบบทันทีทันใด โดยทำการฝึก 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 90 นาที ทำการทดสอบจากการแสดงท่าประกอบเพลง โดยการให้คะแนนทางด้านเทคนิค (Technical Merit) ได้แก่คะแนนความพร้อมเพรียงกับดนตรีแบบปัจเจกบุคคล และคะแนนความพร้อมของทีม และคะแนนทางด้านศิลปะ

(Artistic Impression) ได้แก่คะแนนการนำเสนอ จากกรรมการระบำนได้น้ำ 5 ท่าน ก่อนเข้ารับการฝึก และหลังเข้ารับการฝึก 8 สัปดาห์ จากนั้นนำผลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ โดยทำการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่มโดยการทดสอบค่า “ที” (Independent t-test) และภายในกลุ่มโดยการทดสอบค่า “ที” (Paired t-test) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

ผลการวิจัย หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความพร้อมเพรียงกับดนตรีแบบปัจเจกบุคคล และคะแนนการนำเสนอเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่กลุ่มควบคุมมีเพียงค่าเฉลี่ยของคะแนนการนำเสนอที่เพิ่มขึ้นเท่านั้น การเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความพร้อมเพรียงดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผลการเปรียบเทียบคะแนนความพร้อมเพรียงของทีม กลุ่มทดลองมีคะแนนสูงขึ้น 82.76% และกลุ่มควบคุมมีคะแนนสูงขึ้น 55.87%

สรุปผลการวิจัย กิจกรรมดนตรีที่ประกอบด้วยทักษะการฟัง การร้อง การเคลื่อนไหว และการคิดแต่งทำนองหรือท่าทางแบบทันทีทันใด สามารถพัฒนาความพร้อมเพรียงของนักกีฬาระบำนได้น้ำได้

คำสำคัญ: กิจกรรมดนตรี / กีฬาระบำนได้น้ำ / การแสดงทักษะกีฬา / ความพร้อมเพรียง

EFFECTS OF SYNCHRONIZED SWIMMING TRAINING WITH MUSIC ACTIVITIES ON SYNCHRONIZED SWIMMING SCORES

Ravisara Vathagavorakul and Silpachai Suwanthada

Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University

Abstract

Synchronous performance with music and partners are important for synchronized swimmers. The study to improve their music counting is essential for improving the team to perform more synchronously.

Purpose The study aimed to investigate the effects of augmented music activity training on the synchronized swimming scores.

Methods The quasi experimental design with pre-post test was used. Seventeen female volunteers who were between 7-10 years old were divided into two groups. Both groups were trained for synchronized swimming for ninety minutes per day, two days per week for eight weeks. While the control group was trained with routine synchronized swimming training, the experimental group received music activity training including listening, singing, moving and improvisation in addition. Performances in synchronized swimming were measured by five judges for Technical Merit (individual and team synchronization score) and Artistic Impression scores (manner of presentation scores) before and after the training regime. Independent t-test was used to test the differences of the mean between

groups, while paired t-test was used to test the differences of the mean within groups. The level of significance was set at .05 throughout the study.

Results After 8 weeks of training, the experimental group showed significant improvement in both individual synchronization and manner of performance scores. On the other hand, the control group only showed improvement only in manner of presentation. When both groups post-training performance were compared, the experimental group showed greater performance in individual synchronization scored than the control group did. Finally, the experimental group showed greater improvement from pre-to-post training performance scores than the control group, 82.76% to 55.87% respectively.

Conclusion Music activities which include listening, singing, moving and improvisation can develop the synchronization in synchronized swimmer.

Key Words: Music activity / Synchronized Swimming / Sports performance / Synchronization

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

กีฬาระบำใต้น้ำเป็นกีฬาที่ได้รับความนิยมอย่างแพร่หลายในปัจจุบัน เนื่องจากเป็นกีฬาที่มีความสวยงาม ความอ่อนช้อยในการเล่นกีฬา จุดเริ่มต้นของกีฬาระบำใต้น้ำเกิดขึ้นตั้งแต่ต้นคริสต์ศตวรรษที่ 20 และได้รับการบรรจุในการแข่งขันกีฬาโอลิมปิกตั้งแต่ปี 1984 ที่เมืองลอสแอนเจลิส ประเทศสหรัฐอเมริกา จนถึงปัจจุบัน นอกจากนี้นักกีฬาระบำใต้น้ำยังได้รับการบรรจุเข้าแข่งขันในกีฬาซีเกมส์ตั้งแต่ครั้งที่ 19 ที่ประเทศอินโดนีเซียเป็นเจ้าภาพ

วิธีการให้คะแนนของกีฬาระบำใต้น้ำจะแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ คะแนนทางด้านเทคนิค (Technical Merit) ได้แก่ คะแนนความชัดเจนของท่า คะแนนความพร้อมเพรียง และคะแนนความยากของท่า อีกหนึ่งประเภทคือ คะแนนทางด้านศิลปะ (Artistic Impression) ได้แก่คะแนนการออกแบบท่า คะแนนการเลือกใช้ดนตรี และคะแนนการนำเสนอ

ความพร้อมเพรียงในการแสดงท่าทางของกีฬาระบำใต้น้ำเป็นสิ่งสำคัญด้านหนึ่งในการให้คะแนนของกรรมการ ความพร้อมเพรียงในการแสดงท่าทางของนักกีฬาเกิดขึ้นจากการนับจังหวะที่มีอัตราความเร็วของจังหวะที่คงที่เท่ากัน โดยอาศัยจังหวะของดนตรีเป็นสื่อกลางในการนับจังหวะ ทำให้นักกีฬามีความสำคัญสำหรับนักกีฬาระบำใต้น้ำเป็นอย่างมาก หากนักกีฬาไม่เข้าใจในดนตรี การนับจังหวะให้พร้อมกันก็จะเป็นไปได้ยาก เป็นผลทำให้นักกีฬาระบำใต้น้ำแสดงท่าทางออกมาไม่พร้อมเพรียงกัน และทำให้ได้คะแนนไม่ดี ถึงแม้ว่าจะเล่นท่าทางที่ยากก็ตาม

นอกจากนี้ความเข้าใจในดนตรีก็มีส่วนทำให้นักกีฬามีความมั่นใจในการนำเสนอมากยิ่งขึ้น ตามแนวคิดของคาร์ล ออร์ฟ ได้กล่าวถึงเรื่องของการเคลื่อนไหวโดยหากเริ่มจากการเคลื่อนไหวที่เป็นธรรมชาติ ส่งเสริมให้เกิดความสนุกสนาน จะทำให้ผู้เรียนรู้สึกภาคภูมิใจ มีความมั่นใจ และรังสรรค์การเคลื่อนไหวในแบบต่างๆ

(Warnner, 1991) โดยดนตรีได้เข้ามามีส่วนในการพัฒนานักกีฬาอย่างมาก งานวิจัยหลายงานได้กล่าวถึงประโยชน์ของดนตรีในการพัฒนาผลงานของนักกีฬาเมื่อเทียบกับผลงานของนักกีฬาหรืออาสาสมัครที่ไม่ได้ฟังดนตรี (Simpson and Karageorghis, 2006, Crust and Clough, 2006, Edworthy and Waring, 2006) นอกจากนี้ดนตรียังมีส่วนช่วยให้อาสาสมัครสามารถเคลื่อนไหวร่างกายโดยการเคาะจังหวะให้เข้ากับจังหวะที่กำหนดได้ดีขึ้น (Large, 2000) ซึ่งถือเป็นพื้นฐานของการเคลื่อนไหวให้พร้อมเพรียงกันของนักกีฬาระบำใต้น้ำ อย่างไรก็ตามยังไม่มีการศึกษาถึงผลของการนับจังหวะให้เข้ากับจังหวะของดนตรีในนักกีฬาระบำใต้น้ำ ถึงแม้ว่าการนับจังหวะให้เข้ากับดนตรีในกีฬาระบำใต้น้ำเป็นปัจจัยสำคัญให้นักกีฬาระบำใต้น้ำสามารถแสดงท่าทางได้อย่างพร้อมเพรียงกัน

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาผลของการฝึกกระบำใต้น้ำควบคู่กับกิจกรรมดนตรีโดยเน้นการบูรณาการกับสาระดนตรี ซึ่งได้แก่เรื่องจังหวะ ทำนอง เสียงประสาน รูปแบบของเพลง และอารมณ์ของเพลง ซึ่งสามารถทำให้ผู้เรียนมีพัฒนาการทางดนตรี และสามารถเคลื่อนไหวสอดคล้องกับเสียงดนตรีได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของนักกีฬาระบำใต้น้ำ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการฝึกกระบำใต้น้ำควบคู่กับกิจกรรมดนตรีที่มีต่อความสามารถในการแสดงทักษะกีฬาระบำใต้น้ำ

สมมติฐานของการวิจัย

1. คะแนนความพร้อมเพรียงกับดนตรีแบบปัจเจกบุคคลของกลุ่มทดลองหลังเข้าร่วมกิจกรรมดนตรี ดีกว่าคะแนนความพร้อมเพรียงกับดนตรีแบบปัจเจกบุคคลของกลุ่มควบคุม

2. คะแนนการนำเสนอของกลุ่มทดลองหลังเข้าร่วมกิจกรรมดนตรี ดีกว่าคะแนนการนำเสนอของกลุ่มควบคุม

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental design) แบบทดสอบก่อนและหลังการทดลอง และได้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมโดยคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย วันที่ 17 ธันวาคม 2556

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนหญิงโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายประถม และนักเรียนจากสโมสรฟุตบอลสิริโรจน์ อายุ 7-10 ปีที่เรียนวิชาการบำได้น้ำในปัจจุบัน การแบ่งกลุ่มโดยใช้ตารางกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างของโคเฮน (Cohen, 1988) ค่าแอลฟาที่ระดับความมีนัยสำคัญ .05 กำหนดขนาดของผลกระทบ (Effect size) ที่ 1.2 และค่าอำนาจของการทดสอบ (Power of the test) ที่ .60 ได้กลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 8 คน รวมทั้งหมด 16 คน ทั้งนี้จากการไปทำวิจัยพบว่ามีอาสาสมัครจำนวน 17 คน โดยกลุ่มนักเรียนหญิงโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายประถม มีอาสาสมัครจำนวน 9 คน และ นักเรียนจากสโมสรฟุตบอลสิริโรจน์มีอาสาสมัครจำนวน 8 คน ทั้งนี้ผู้วิจัยจะจับฉลากสุ่มว่า กลุ่มใดเป็นกลุ่มควบคุม กลุ่มใดเป็นกลุ่มทดลอง โดยกลุ่มควบคุม ทำการฝึกทักษะระบำได้น้ำตามปกติ และกลุ่มทดลองทำการฝึกทักษะระบำได้น้ำควบคู่กับกิจกรรมดนตรี ทำการฝึก 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 90 นาที

เกณฑ์การคัดเลือกผู้เข้าร่วมวิจัย

1. เป็นผู้ที่มีประสบการณ์การเล่นกีฬาระบำได้น้ำไม่ต่ำกว่า 3 เดือน

2. เป็นนักเรียนหญิง ที่เรียนระบำได้น้ำอายุระหว่าง 7-10 ปี ที่ผู้ปกครองรับทราบและยินยอมเข้ารับการวิจัยโดยสมัครใจ

เกณฑ์การคัดเลือกผู้เข้าร่วมวิจัยออกจากการวิจัย

1. ผู้เข้าร่วมการวิจัยเข้าฝึกน้อยกว่า 12 ครั้ง
2. ผู้เข้าร่วมการวิจัยประสงค์ที่จะถอนตัวจากการวิจัย

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

แบ่งขั้นตอนการวิจัยออกเป็น 2 ขั้นตอน ดังนี้

1. ก่อนการทดลอง

1.1 สร้างโปรแกรมการฝึกระบำได้น้ำ และโปรแกรมการฝึกระบำได้น้ำควบคู่กับกิจกรรมดนตรี โดยศึกษาจากเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อใช้ในการออกแบบ

1.2 หาคุณภาพของโปรแกรมการฝึกระบำได้น้ำ โดยใช้ Face Validity ซึ่งแต่ละข้อได้ค่าความตรงระหว่าง 0.8-1.0 จากผู้เชี่ยวชาญด้านกีฬาระบำได้น้ำจำนวน 5 ท่าน

1.3 หาคุณภาพของโปรแกรมการฝึกระบำได้น้ำควบคู่กับการฝึกกิจกรรมดนตรีโดยใช้ Face Validity ซึ่งแต่ละข้อได้ค่าความตรงระหว่าง 0.8-1.0 จากผู้เชี่ยวชาญด้านดนตรีจำนวน 5 ท่าน

1.4 ขั้นตอนการศึกษาวิจัยผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

1.5 ประสานงานกับอาจารย์ที่ปรึกษาชมรมกีฬาระบำได้น้ำของโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายประถม และประธานสโมสรฟุตบอลสิริโรจน์เพื่อขออนุญาตดำเนินการวิจัย พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์และวิธีการดำเนินการวิจัยให้แก่นักเรียนและผู้ปกครองให้ทราบและเข้าใจ

1.6 ประสานงานกับอาจารย์ที่ปรึกษาชมรมกีฬาระบำได้น้ำของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อขออนุญาตให้นักลิตของชมรมกีฬาระบำได้น้ำมาเป็นผู้ช่วยวิจัย

2. ขั้นตอนการทดลอง

2.1 ก่อนที่จะเข้าสู่ขั้นตอนการวิจัย ผู้วิจัยจะทำการฝึกเพื่อเตรียมความพร้อมให้กับกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เป็นระยะเวลา 2 สัปดาห์ โดยจะเตรียมความพร้อมท่าพื้นฐานทางระบำได้น้ำที่จะใช้ทดสอบก่อนการทดลอง ซึ่งได้แก่ท่า Back Layout Position, Back Stroke และ Sailboat Position

2.2 ทำการทดสอบก่อนการทดลอง โดยทดสอบหาคะแนนทางด้านเทคนิค (Technical Merit) ได้แก่คะแนนความพร้อมเพรียงกับดนตรีแบบปัจเจกบุคคล และคะแนนความพร้อมของทีม และคะแนนทางด้านศิลปะ (Artistic Impression) ด้านการนำเสนอจากการแสดงทักษะระบำได้น้ำท่าชุดประกอบเพลง 1 (Barney's Theme Song) ประกอบด้วยท่า Back Layout Position, Back Stroke และ Sailboat Position ซึ่งจะใช้เวลาประมาณ 2 นาที ทั้งนี้ในการให้คะแนนจะทำการเชิญกรรมการกีฬาระบำได้น้ำจากสมาคมว่ายน้ำแห่งประเทศไทย จำนวน 5 คน

2.3 ทำการสอนทักษะให้แก่กลุ่มควบคุม ซึ่งประกอบด้วยการอบอุ่นร่างกาย และการฝึกทักษะระบำได้น้ำต่างๆ เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ โดยทำการฝึก 2 ครั้งต่อสัปดาห์ คือ วันเสาร์และอาทิตย์ 6.30-8.00 น.

2.4 ทำการสอนทักษะให้แก่กลุ่มทดลอง ซึ่งประกอบด้วยการอบอุ่นร่างกาย การฝึกทักษะระบำได้น้ำควบคู่กับกิจกรรมดนตรี ซึ่งประกอบด้วยทักษะดนตรีทั้ง 4 ด้าน ตามความคิดของคาร์ล ออร์ฟ ได้แก่ การฟัง การร้อง การเคลื่อนไหว และการคิดแต่งทำนองหรือท่าทางแบบทันทีทันใด เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ โดยทำการฝึก 2 ครั้งต่อสัปดาห์ คือวันอังคาร และ

พฤหัสบดี เวลา 15.30-17.00 น.

2.5 ทำการทดสอบหลังการทดลอง โดยทดสอบหาคะแนนทางด้านเทคนิค (Technical Merit) ได้แก่คะแนนความพร้อมเพรียงกับดนตรีแบบปัจเจกบุคคล และคะแนนความพร้อมเพรียงของทีม และคะแนนทางด้านศิลปะ (Artistic Impression) ด้านการนำเสนอจากการแสดงทักษะระบำได้น้ำท่าชุดประกอบเพลง 3 ประกอบด้วยท่า Back Layout Position, Sailboat Position, Ballet Leg Position และ Eggbeater Position ทั้งนี้จะใช้เพลง "Baa-Baa Black Sheep" ซึ่งเป็นเพลงที่ไม่เคยนำมาใช้ฝึก โดยจะทำการเชิญกรรมการกีฬาระบำได้น้ำ จำนวน 5 ท่าน มาประเมิน

2.6 นำผลการทดสอบทางด้านความพร้อมเพรียงกับดนตรีแบบปัจเจกบุคคล คะแนนความพร้อมเพรียงของทีม และคะแนนการนำเสนอ มาทำการวิเคราะห์ผลทางสถิติ

2.7 สรุปผลการวิจัยและเสนอแนะความคิดเห็นที่ได้จากการศึกษาวิจัยในครั้งนี้

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์ (Statistic Package for the Social Sciences) และวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับขั้นดังนี้

1. คำนวณหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของข้อมูลพื้นฐาน คะแนนทางด้านเทคนิค (Technical Merit) ได้แก่คะแนนความพร้อมเพรียงกับดนตรีแบบปัจเจกบุคคล และคะแนนทางด้านศิลปะ (Artistic Impression) ด้านการนำเสนอ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการฝึกและหลังการฝึก

2. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนทางด้านเทคนิค (Technical Merit) ได้แก่คะแนนความพร้อมเพรียงกับดนตรีแบบปัจเจกบุคคล และคะแนนทางด้านศิลปะ (Artistic Impression)

ด้านการนำเสนอ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จากการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง 8 สัปดาห์ โดยการทดสอบค่า “ที” (Independent t-test)

3. วิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนทางด้านเทคนิค (Technical Merit) ได้แก่ คะแนนความพร้อมเพรียงกับดนตรีแบบปัจเจกบุคคล และคะแนนทางด้านศิลปะ (Artistic Impression) ด้านการนำเสนอ ภายในกลุ่มทดลองและภายในกลุ่มควบคุม ระหว่างก่อนและหลังการฝึก เพื่อเปรียบเทียบประสิทธิภาพของโปรแกรมการฝึกกระบำได้นำควบคู่กับกิจกรรมดนตรีกับการฝึกซ้อมกระบำได้นำตามปกติ โดยการทดสอบค่า “ที” (Paired t-test)

4. เปรียบเทียบเปอร์เซ็นต์การเปลี่ยนแปลงของคะแนนความพร้อมเพรียงของกลุ่ม ภายในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

5. ทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัย

1. ก่อนการทดลอง ค่าเฉลี่ยของข้อมูลพื้นฐาน ได้แก่ คะแนนความพร้อมเพรียงกับดนตรีแบบปัจเจกบุคคล คะแนนความพร้อมเพรียงของทีม และคะแนนการนำเสนอ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ดังแสดงในตารางที่ 1

2. หลังการทดลอง 8 สัปดาห์ ค่าเฉลี่ยของคะแนนความพร้อมเพรียงกับดนตรีแบบปัจเจกบุคคล ของกลุ่มทดลองที่ฝึกกระบำได้นำควบคู่กับกิจกรรมดนตรี ดีกว่ากลุ่มควบคุมที่ฝึกกระบำได้นำตามปกติ แต่ค่าเฉลี่ยของคะแนนด้านการนำเสนอของทั้งสองกลุ่มไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความสามารถในการแสดงทักษะกีฬาระบำได้นำ ทางด้านความพร้อมเพรียงกับดนตรีแบบปัจเจกบุคคล และความสามารถด้านการนำเสนอ และการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองก่อนการทดลอง และหลังการทดลองสัปดาห์ที่ 8 (independent test)

การทดลอง	รายการ	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		t	p
		$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD		
ก่อนการทดลอง	น้ำหนัก (กก.)	26.4	5.20	24.97	4.78	-.53	.56
	ส่วนสูง (ซม.)	129.12	7.26	124.66	5.07	-1.48	.16
	คะแนนความพร้อมเพรียง (ปัจเจกบุคคล)	4.87	1.22	5.22	1.26	.59	.56
	คะแนนการนำเสนอ	4.65	1.54	5.42	1.38	1.08	.30
หลังการทดลอง 8 สัปดาห์	น้ำหนัก (กก.)	27.25	5.65	25.11	5.21	-.81	.43
	ส่วนสูง (ซม.)	129.62	7.35	125.56	4.36	-1.41	.18
	คะแนนความพร้อมเพรียง (ปัจเจกบุคคล)	5.79	1.28	7.01	.50	2.53	.01*
	คะแนนการนำเสนอ	5.58	1.49	6.61	.29	1.92	.09

* $p < 0.05$

3. เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยภายใน การทดลองสัปดาห์ที่ 8 ดังแสดงในตารางที่ 2 กลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลองและหลัง

ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความสามารถในการแสดงทักษะกีฬาระบำใต้น้ำ ทางด้าน ความพร้อมเพรียงกับดนตรีแบบปัจเจกบุคคล และความสามารถด้านการนำเสนอ และการเปรียบเทียบ ความแตกต่างของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง แบบทดสอบก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง สัปดาห์ที่ 8 (paired-t test)

กลุ่มการทดลอง	รายการ	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลองสัปดาห์ที่ 8		t	p
		$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD		
กลุ่มทดลอง	น้ำหนัก (กก.)	24.97	4.78	25.11	5.21	-.64	.54
	ส่วนสูง (ซม.)	124.66	5.07	125.56	4.36	-2.10	.07
	คะแนนความพร้อมเพรียง (ปัจเจกบุคคล)	5.22	1.26	7.01	.50	-4.04	.00*
	คะแนนการนำเสนอ	5.42	1.38	6.61	.29	-2.57	.03*
กลุ่มควบคุม	น้ำหนัก (กก.)	26.40	5.20	27.25	5.65	-1.97	.09
	ส่วนสูง (ซม.)	129.12	7.26	129.63	7.35	-2.65	.07
	คะแนนความพร้อมเพรียง (ปัจเจกบุคคล)	4.87	1.22	5.79	1.28	-2.07	.08
	คะแนนการนำเสนอ	4.65	1.54	5.58	1.49	-2.86	.02*

* $p < 0.05$

3.1 จากการเปรียบเทียบความแตกต่างของ ค่าเฉลี่ยภายในกลุ่มควบคุม พบว่า ในกลุ่มควบคุม มีคะแนนการนำเสนอหลังการทดลองดีกว่าก่อนการทดลอง แต่คะแนนความพร้อมเพรียงกับดนตรีแบบปัจเจกบุคคลก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ .05

3.2 จากการเปรียบเทียบความแตกต่างของ ค่าเฉลี่ยภายในกลุ่มทดลอง พบว่า คะแนนด้านความพร้อมเพรียงกับดนตรีแบบปัจเจกบุคคล และด้านการนำเสนอมีการพัฒนาขึ้น โดยพบว่าค่าเฉลี่ยของ

คะแนนความพร้อมเพรียงกับดนตรีแบบปัจเจกบุคคล และคะแนนด้านการนำเสนอหลังการทดลอง 8 สัปดาห์ ดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ .05

3.3 จากการเปรียบเทียบคะแนนความพร้อมเพรียงของทีมหลังการทดลองกับก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนสูงขึ้น 82.76% และกลุ่มควบคุมมีคะแนนสูงขึ้น 55.87% เมื่อเทียบกับคะแนนความพร้อมเพรียงของทีมก่อนการทดลอง ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 คะแนน และเปอร์เซ็นต์ความแตกต่างของความสามารถในการแสดงทักษะกีฬาระบำนำน้า ทางด้าน ความพร้อมเพรียงของทีมของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง จากการทดสอบก่อนการทดลอง และ หลังการทดลองสัปดาห์ที่ 8

กลุ่มการทดลอง	คะแนนก่อนการทดลอง	คะแนนหลังการทดลอง สัปดาห์ที่ 8	เปอร์เซ็นต์ความแตกต่าง
กลุ่มทดลอง	3.83	7	82.76%
กลุ่มควบคุม	4.17	6.5	55.87%

อภิปรายผลการวิจัย

1. จากการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย คะแนนความพร้อมเพรียงภายในกลุ่มการทดลอง และระหว่างกลุ่มการทดลอง ก่อนการทดลอง และหลัง การทดลองสัปดาห์ที่ 8

1.1 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความพร้อมเพรียง กับดนตรีทั้งแบบปัจเจกบุคคล ของกลุ่มทดลองที่ฝึก ระบำนำน้าควบคู่กับกิจกรรมดนตรีหลังสัปดาห์ที่ 8 มีพัฒนาการขึ้นจากก่อนการฝึก อย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ .05

1.2 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความพร้อมเพรียง กับดนตรีทั้งแบบปัจเจกบุคคล ของกลุ่มทดลองทั้งแบบ ปัจเจกบุคคล และความพร้อมเพรียงของทีมของกลุ่ม ทดลองดีกว่ากลุ่มควบคุมที่ฝึกระบำนำน้าตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

1.3 คะแนนความพร้อมเพรียงกับดนตรี แบบทีมของกลุ่มทดลองมีพัฒนาการที่ดีขึ้นดีกว่า กลุ่มควบคุม สามารถอธิบายได้ดังนี้

กลุ่มทดลองได้ฝึกระบำนำน้าควบคู่กับกิจกรรม ดนตรี 4 ด้าน ได้แก่ การฟัง การร้อง การเคลื่อนไหว และการคิดแต่งทำนองหรือทำทางแบบทันทีทันใด ซึ่งเป็นทักษะที่นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาชั้นชอบ และรู้สึกสนุกสนาน เช่น ด้านการฟัง และการร้อง นักเรียนจะชอบให้ครูร้องเพลงให้ฟัง และจะรู้สึก

สนุกสนานที่ได้ยินเสียงร้องของตัวเอง และหัวเราะดีใจ เมื่อได้ร้องเพลง ด้านการเคลื่อนไหว และการคิดแต่ง ทำทางใหม่ๆ นักเรียนจะเคลื่อนไหวจากการเคลื่อนไหว ที่เป็นธรรมชาติ เช่น การกระโดด การวิ่ง ก้าวซิดก้าว การสไลด์ การหมุนตัว มาใช้ จึงทำให้นักเรียนเกิดความ สนุกสนาน เกิดประสบการณ์ในการเคลื่อนไหว และ สามารถสร้างสรรค์ทำทางใหม่ของตัวเองได้ นักเรียน จึงเกิดความภาคภูมิใจและรังสรรค์การเคลื่อนไหว ในแบบต่างๆ (Warnner, 1991) นำทักษะทั้ง 4 ทักษะ มาบูรณาการกับสาระดนตรี ซึ่งได้แก่เรื่องจังหวะ ทำนอง เสียงประสาน รูปแบบของเพลง และอารมณ์ ของเพลง ทำให้ผู้เรียนมีพัฒนาการทางดนตรีที่ดีขึ้น สามารถเข้าใจเพลง นับจังหวะเพลงและเคลื่อนไหวได้ ตรงตามจังหวะของเพลง ซึ่งสอดคล้องกับเรื่องของ ประสาทสัมผัสและการเคลื่อนไหว (Sensorimotor Synchronization, SMS) หมายถึง การที่มนุษย์ เคลื่อนไหวร่างกายได้สอดคล้องกับสิ่งเร้าภายนอก เช่น เสียง หรือแสง จากการคาดการณ์การเกิดขึ้นของสิ่งเร้า (Pressing, 1999) โดยเหตุที่ต้องคาดการณ์เพราะหาก รอให้สิ่งเร้าเกิดขึ้น จะต้องรอสมองสั่งการไปที่กล้ามเนื้อ ทำให้จังหวะที่เคาะช้ากว่าสิ่งเร้าที่เกิดขึ้น ซึ่งงานวิจัย ที่เกี่ยวข้องได้ทำการทดสอบประสาทสัมผัสและการ เคลื่อนไหว (Sensorimotor Synchronization, SMS) ของบุคคลที่มีทักษะหรือประสบการณ์ทางด้านดนตรีมาก

เปรียบเทียบกับผู้ที่ไม่มีทักษะหรือประสบการณ์ด้านดนตรี พบว่าผู้ที่เป็นนักดนตรีจะสามารถเคลื่อนไหวร่างกายได้ตรงกับจังหวะหรือแสงที่เกิดขึ้น ได้ดีกว่าผู้ที่ไม่ได้เป็นนักดนตรี

เรพพ์ (Repp, 2010) ได้กล่าวไว้ว่า ผู้ที่มีประสบการณ์ทางดนตรีที่มากกว่า จะสามารถเคาะจังหวะที่คงที่ หรือเปลี่ยนแปลงได้ดีกว่าผู้ที่ไม่ม่ประสบการณ์ทางด้านดนตรี โดยเรพพ์ศึกษาการทำกิจกรรมเข้าจังหวะ โดยให้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักดนตรี จำนวน 31 คน และกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ใช่ นักดนตรีจำนวน 9 คน ทำการเคาะแป้นคีย์บอร์ด ให้เข้ากับจังหวะที่กำหนดขึ้น ทั้งนี้ จังหวะดังกล่าวสามารถปรับเปลี่ยนได้ ผลการศึกษาพบว่านักดนตรีมีความแปรปรวน หรือเคาะไม่ตรงกับจังหวะน้อยกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่ใช่ นักดนตรี ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักดนตรีแสดงให้เห็นว่ามีความเข้าใจ และสามารถปรับจังหวะการเคาะได้ดีกว่ากลุ่มตัวอย่างที่เป็นครรรมดา

ครอส และคณะ (Krause et al., 2010) ศึกษาการทำงานของสมองโดยให้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักดนตรีและกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ใช่ นักดนตรีทำกิจกรรมให้เข้ากับเสียงดนตรีในขณะที่สวมเครื่อง Magnetoencephalography (MEG) เพื่อศึกษาการทำงานของสมอง ผลการศึกษาพบว่านักดนตรีสามารถทำกิจกรรมให้เข้ากับจังหวะของดนตรีได้ดีกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่ใช่ นักดนตรี โดยที่กลุ่มนักดนตรีจะมีปฏิสัมพันธ์ของคลื่นความถี่เบต้าใน PMC-thalamus มากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่ใช่ นักดนตรี

นอกจากนี้ยังมีการศึกษาเกี่ยวกับความคลาดเคลื่อนในการเคาะจังหวะของนักดนตรีซึ่งเกิดขึ้นเพียงเล็กน้อยเท่านั้น ฟุจิ และคณะ (Fujii et al., 2011) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความคลาดเคลื่อนของจังหวะจากการติกลงชุดของนักติกลงมืออาชีพ โดยให้ติกลงชุดในจังหวะ 60, 120 และ 200 bpm พบว่าในจังหวะ 60

และ 120 bpm มือขวาซึ่งติฉินาบเกิดความคลาดเคลื่อนของจังหวะเข้าไป 2 มิลลิวินาที และมือซ้ายซึ่งติกลงสแนร์ กับเท้าขวาซึ่งติกลงเบสเกิดความคลาดเคลื่อนของจังหวะเร็วไป 10 มิลลิวินาที ในจังหวะ 200 bpm มือขวาเกิดความคลาดเคลื่อนของจังหวะเข้าไป 10 มิลลิวินาที และมือซ้ายกับเท้าขวาเกิดความคลาดเคลื่อนของจังหวะเข้าไป 1 มิลลิวินาที

จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทำให้สามารถสรุปได้ว่า เมื่อผู้เรียนได้รับประสบการณ์ทางดนตรี และมีพัฒนาการทางดนตรีที่ดีขึ้นแล้ว ความสามารถในการนับจังหวะเคาะจังหวะ หรือเคลื่อนไหวร่างกายให้ตรงกับจังหวะของเพลงก็จะเพิ่มขึ้น คะแนนความพร้อมเพรียงกับดนตรีแบบปัจเจกบุคคลก็จะเพิ่มขึ้น รวมถึงคะแนนความพร้อมเพรียงของทีมนักเรียนก็จะเพิ่มขึ้นด้วย ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีของคาราจีโอจิสและเพรียส (Karageorghis and Priest, 2008) ที่กล่าวว่า ดนตรีสามารถพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวของนักกีฬาได้ เนื่องจากดนตรีสามารถใช้เป็นสื่อกลางในการเคลื่อนไหวของร่างกายผ่านคำร้อง และยังทำให้เกิดแรงจูงใจในการเคลื่อนไหวอีกด้วย

นอกจากความเข้าใจในดนตรีที่ดีขึ้นแล้ว การจัดกิจกรรมดนตรียังต้องคำนึงถึงความสามารถและพัฒนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษา โดยดวงรัตน์ วุฒิปัญญารัตนกุล และศศิลักษณ์ ชัยนกิจ (Wuthipanyarattanakun and Khayankij, 2013) ได้กล่าวถึงกิจกรรมดนตรีที่สามารถพัฒนาความสามารถของนักเรียนได้ ต้องมีลักษณะเด่นคือ

1. บทเพลงที่ใช้ในการประกอบการเคลื่อนไหว

1.1 ต้องเป็นบทเพลงที่มีลักษณะทำนองที่ฟังชัดเจน เน้นการลงจังหวะในจังหวะตบของเพลง

1.2 มีความเร็วของจังหวะ (tempo) ไม่ช้าหรือเร็วเกินไป ช่วงความเร็วของเพลงที่เหมาะสมกับเด็กคือ 80-120 ครั้งต่อนาที ซึ่งเป็นความเร็วที่สอดคล้องกับจังหวะการเต้นของหัวใจเด็ก ทำให้เด็ก

รู้สึกสนุกสนาน และตื่นตัว

1.3 เป็นเพลงที่มีทำนองอยู่ในช่วงเสียงโดกลางถึงตัวโดถัดไป โดยมีการดำเนินทำนองในลักษณะที่ค่อยๆ ไหลระดับเสียงขึ้นและลง ไม่ก้าวกระโดดจนเกินไป

1.4 เป็นเพลงที่มีเนื้อหาสอดคล้องกับสาระการเรียนรู้ของเด็ก ซึ่งทำให้เด็กมีความเข้าใจบทเพลง และจดจำเนื้อเพลงได้ง่ายยิ่งขึ้น

จากการวิเคราะห์บทเพลงที่ใช้ในการฝึกกระบี่ได้นำความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมดนตรีที่สำคัญ ได้แก่ เพลง Barney's Theme Song, B-I-N-G-O, Looby Loo และ Baa-Baa Black Sheep มีลักษณะดังนี้

1. บทเพลงทั้งหมดมีลักษณะทำนองที่ฟังชัดเจน เน้นการลงจังหวะในจังหวะตบของเพลง

2. บทเพลงทั้งหมดมีความเร็วของจังหวะ (tempo) อยู่ช่วงความเร็วของเพลงที่เหมาะสมกับเด็ก คือ 80-120 ครั้งต่อนาที โดยเพลง Barney's Theme Song มีความเร็วของจังหวะคือ 114 bpm เพลง B-I-N-G-O มีความเร็วของจังหวะคือ 120 bpm เพลง Looby Loo มีความเร็วของจังหวะคือ 100 bpm และเพลง Baa-Baa Black Sheep มีความเร็วของจังหวะคือ 110 bpm

3. บทเพลงทั้งหมดเป็นเพลงที่มีทำนองอยู่ในช่วงเสียงโดกลางถึงตัวโดถัดไป โดยมีการดำเนินทำนองในลักษณะที่ค่อยๆ ไหลระดับเสียงขึ้นและลง ไม่ก้าวกระโดดจนเกินไป

4. บทเพลงทั้งหมดเป็นเพลงที่มีเนื้อหาสอดคล้องกับสาระการเรียนรู้ของเด็ก ซึ่งทำให้เด็กมีความเข้าใจบทเพลง และจดจำเนื้อเพลงได้ง่ายยิ่งขึ้น

2. การจัดกิจกรรมดนตรีที่มีแบบแผนและการทำซ้ำ

ในแต่ละครั้งของการจัดกิจกรรมดนตรีเด็กได้เรียนรู้อย่างเป็นลำดับขั้น จากขั้นที่ 1 ทำความ

เข้าใจจังหวะ ขั้นที่ 2 เคลื่อนไหวร่างกายอย่างอิสระ ขั้นที่ 3 ฝึกฝนการเคลื่อนไหวที่ถูกต้อง ขั้นที่ 4 ประยุกต์การเคลื่อนไหว ส่วนการทำซ้ำคือ การให้เด็กได้ฝึกฝนการร้องเพลง และเคลื่อนไหวไปกับบทเพลงซ้ำๆ อย่างน้อย 1 สัปดาห์

ผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่ากิจกรรมดนตรีซึ่งสอนให้กลุ่มตัวอย่างทำกิจกรรมการฟัง การร้อง การเคลื่อนไหว และการคิดแต่งทำนองหรือทำทางแบบทันทีทันใดซึ่งเป็นกิจกรรมที่มีแบบแผนและมีการทำซ้ำทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดการพัฒนากายทางดนตรีที่ดีขึ้นสามารถเข้าใจเพลง นับจังหวะเพลงและเคลื่อนไหวได้ตรงตามจังหวะของเพลง ทำให้สามารถคาดการณ์ถึงสิ่งเร้าซึ่งก็คือดนตรีได้ดีขึ้น จึงสามารถแสดงท่าทางหรือเคลื่อนไหวร่างกายให้สอดคล้องกับดนตรีได้ดีขึ้นเมื่อกลุ่มตัวอย่างที่เป็นปัจเจกดีขึ้น คะแนนของทีมจึงดีขึ้นด้วยเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในกลุ่มทดลองเมื่อสามารถแสดงท่าทางการเคลื่อนไหวของร่างกายได้ตรงกับจังหวะเพลงแล้ว เมื่อนำมารวมทีมกันและใช้เพลงเดียวกันเป็นสื่อ กลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในกลุ่มทดลองจึงมีคะแนนความพร้อมเพรียงประเภททีมสูงขึ้นด้วย

2. จากการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนการนำเสนอภายในกลุ่มการทดลองและระหว่างกลุ่มการทดลอง ก่อนการทดลอง และหลังการทดลองสัปดาห์ที่ 8 พบว่า ทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีคะแนนการนำเสนอที่เพิ่มขึ้น เนื่องจากโปรแกรมการฝึกกระบี่ได้นำ ทั้งการฝึกแบบปกติและแบบมีดนตรีควบคู่ มีการฝึกทักษะการเล่นท่าชุดประกอบจังหวะ และนักกีฬาจำเป็นต้องแสดงสีหน้าอารมณ์ทุกครั้งที่ฝึกซ้อม จึงเปรียบเสมือนกับการแสดงจริงในแต่ละครั้งที่ทำการฝึกซ้อม ทำให้เมื่อทดสอบหลังการทดลอง 8 สัปดาห์ คะแนนการนำเสนอของทั้งสองกลุ่มจึงเพิ่มขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับกฎแห่งการฝึก (Law of Exercise) ของธอร์นไดค์ (Thorndike, 1968) ที่กล่าวว่า การฝึกฝน

หรือการกระทำบ่อยๆ จะทำให้เกิดความชำนาญขึ้น หรืออีกนัยหนึ่งทำให้เกิดการเรียนรู้ได้นานและถาวร ดังคำกล่าวไว้ว่า “สิ่งใดก็ตามที่คนเราทำบ่อยๆ ซ้ำๆ ย่อมทำสิ่งนั้นได้ดีกว่าสิ่งที่เราไม่ได้ทำนานๆ” นอกจากนี้ในแต่ละครั้งของการฝึกซ้อมการแสดง ผู้เรียนจะได้รับคำแนะนำและการแก้ไขข้อบกพร่องที่พบในการแสดง แต่ละครั้งจากผู้สอนและจากตัวผู้เรียนเอง ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนปรับปรุงตนเองเพื่อปฏิบัติทักษะที่ถูกต้อง หรือเรียกว่า “ผลย้อนกลับ” ซึ่งหมายถึง ข้อมูลหรือข่าวสารที่ผู้เรียนได้รับในระหว่างแสดงทักษะ หรือภายหลังการแสดงทักษะ สามารถแบ่งออกเป็น 2 ชนิด ได้แก่ ผลย้อนกลับภายใน (Intrinsic Feedback) ซึ่งเกิดจากตัวผู้เรียนเอง และผลย้อนกลับเสริม (Augmented Feedback) ซึ่งได้รับจากแหล่งภายนอก อาจเป็นครูผู้สอนหรือเครื่องมือสัทศัพทอุปกรณ์อื่นๆ ผลย้อนกลับชนิดนี้มีความสำคัญต่อการเรียนรู้มาก เพราะผลย้อนกลับที่เกิดขึ้นในตัวผู้เรียนเองไม่เพียงพอที่จะปรับปรุงแก้ไขข้อผิดพลาด นอกจากนี้ ฟิทท์ และพอสเนอร์ (Fitt and Posner, 1967) ยังได้กล่าวถึงบทบาทของผลย้อนกลับ มี 3 บทบาท คือ

1. ผลย้อนกลับทำหน้าที่แก้ไขข้อผิดพลาด เพื่อจะเป็นข้อมูลบอกให้ผู้เรียนว่าการแสดงทักษะของตนถูกต้องมากน้อยเพียงใด เพื่อจะได้นำข้อมูลมาแก้ไขการกระทำของตนเองในครั้งต่อไป

2. ผลย้อนกลับทำหน้าที่เป็นแรงเสริมช่วยกระตุ้นให้ผู้เรียนรักษาการแสดงทักษะที่ถูกต้องให้คงอยู่ เป็นผลให้การเรียนรู้ทักษะนั้นมีการเปลี่ยนแปลงค่อนข้างถาวร การแสดงก็จะมีประสิทธิภาพมากขึ้น

3. ผลย้อนกลับทำหน้าที่เป็นแรงจูงใจกระตุ้นให้ผู้เรียนมีความพยายามฝึกซ้อม จนกระทั่งมีทักษะถึงเกณฑ์ที่กำหนดไว้

นอกจากนี้ กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม ยังอยู่ใน

ขั้นเบื้องต้นของการฝึกหัดกีฬาระบำได้น้ำ โดยนักกีฬายังต้องนึกถึงท่าทาง และวิธีการเคลื่อนไหวต่างๆ ตลอดการแสดง ซึ่งฟิทท์ และพอสเนอร์ (Fitt and Posner, 1967) ได้กล่าวถึงขั้นการเรียนรู้ทักษะ (Stages of Skill Learning) ประกอบไปด้วย 3 ขั้นตอน ได้แก่

1. ขั้นหาความรู้ (Cognitive Stage) เป็นขั้นตอนการเรียนรู้ทักษะ และลองผิดลองถูก ก่อนการแสดงทักษะจะต้องคิดว่าจะทำอย่างไรบ้าง

2. ขั้นการเชื่อมโยง (Associative Stage) เป็นขั้นตอนการเชื่อมโยงระหว่างความรู้และการฝึกหัด ซึ่งผู้เรียนรู้ตัวว่าการแสดงทักษะของตนนั้นถูกหรือผิด และสามารถแก้ไขให้ถูกต้องได้

3. ขั้นอัตโนมัติ (Autonomous Stage) เป็นขั้นที่ผู้เรียนไม่ต้องนึกถึงท่าทางการเคลื่อนไหว สามารถฝึกหัดทักษะที่ยากและซับซ้อนได้

จากการแบ่งขั้นการเรียนรู้เป็น 3 ขั้นตอนของฟิทท์ และพอสเนอร์ (Fitt and Posner, 1967) จะเห็นได้ว่าการเรียนรู้ทักษะระบำได้น้ำเพียงไม่นานจึงไม่สามารถทำให้นักกีฬามีความสามารถและประสบการณ์การเล่นถึงขั้นอัตโนมัติได้ อยู่เพียงขั้นการเชื่อมโยงหรือระยะฝึกฝนเท่านั้น โดยการที่ต้องนึกถึงวิธีการเคลื่อนไหวของท่าอยู่ตลอด จึงทำให้ความสามารถด้านการนำเสนอพัฒนาได้ยาก ผู้วิจัยคาดว่าหากใช้เวลาในการวิจัยนานกว่านี้จนนักกีฬาสามารถสร้างทักษะถึงขั้นอัตโนมัติแล้ว กิจกรรมดนตรีจะสามารถพัฒนาคะแนนการนำเสนอให้สูงขึ้นกว่ากลุ่มที่ฝึกระบำได้น้ำตามปกติได้ ซึ่งสอดคล้องกับคาร์ล ออร์ฟ ได้กล่าวว่า หากได้ทำกิจกรรมดนตรีจากการเคลื่อนไหวที่เป็นธรรมชาติ ส่งเสริมให้เกิดความสนุกสนาน จะทำให้ผู้เรียนรู้สึกภาคภูมิใจ มีความมั่นใจ และรังสรรค์การเคลื่อนไหวในแบบต่างๆ จึงสามารถทำให้คะแนนการนำเสนอดีขึ้น (Warnner, 1991)

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยครั้งนี้ จึงสรุปได้ว่า กิจกรรมดนตรีที่ประกอบด้วยทักษะการฟัง การร้อง การเคลื่อนไหว และการคิดแต่งทำนองหรือทำทางแบบทันทีทันใดนั้น สามารถพัฒนาความพร้อมเพรียงของนักกีฬาระบำได้น้ำได้

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. ผู้สอนต้องจดจำสิ่งที่จะสอน ได้แก่ เพลงที่ใช้สอน ทำทางการเคลื่อนไหว ควรจดจำเนื้อเพลงและทำนอง และทำทางการเคลื่อนไหวของเพลงให้ขึ้นใจไม่สับสน เพื่อเป็นแบบอย่างในการร้องเพลงและทำทางแก่ผู้เรียน
2. ผู้สอนต้องคอยชื่นชม และแนะนำสิ่งที่ต้องแก้ไขให้กับผู้เรียน เพื่อให้ผู้เรียนมีความมั่นใจในการแสดง
3. ควรจัดบรรยากาศให้สนุกสนานเป็นกันเอง เพื่อให้นักเรียนกล้าแสดงออกในสิ่งที่ถูกต้อง และเกิดความมั่นใจในตัวเองมากยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการจัดการฝึกกระบำได้น้ำควบคู่กับกิจกรรมดนตรีในกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ เช่น นักเรียนระดับชั้นมัธยม หรือนักกีฬาทีมชาติ
2. ควรมีการใช้กิจกรรมดนตรีควบคู่กับการฝึกกีฬาชนิดอื่นๆ ที่มีการผสมผสานดนตรีเข้ากับกีฬา เช่น ยิมนาสติก สเก็ตน้ำแข็ง เป็นต้น
3. ควรมีการวิจัยโดยมีระยะเวลาการทดลองมากขึ้น เพื่อศึกษาผลของการฝึกควบคู่กับกิจกรรมดนตรีที่มีต่อคะแนนการนำเสนอให้ชัดเจนยิ่งขึ้น

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณชมรมกีฬาระบำได้น้ำ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายประถม และสโมสรฟุตบอลสโมสรที่ให้ความอนุเคราะห์

ในการเก็บข้อมูลวิจัย รวมถึงนักกีฬา ผู้ปกครอง กรรมการกีฬาระบำได้น้ำ ผู้ช่วยฝึกสอน และผู้มีส่วนร่วมในการดำเนินการวิจัยทุกท่านที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี

เอกสารอ้างอิง

- Cohen, L. (1998). **Research Method in Education**. 3rd .Ed. London: Routledge
- Crust, L. and Clough, P. (2006). The influence of rhythm and personality in the endurance response to motivational asynchronous music. **Journal of Sports Sciences**, 24(2), 187-195.
- Edworthy, J. and Waring, H. (2006). The effects of music tempo and loudness level on treadmill exercise. **Ergonomics**, 49(15), 1597-1610.
- Fitt, P. M., and Posner, M. I. (1967). **Human performance**. Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Fujii, S., Hirashima, M., Kudo, K., Ohtsuki, T., and Nakamura, Y. (2011). Synchronization Error of Drum Kit Playing a Metronome at Different Tempi by Professional Drummers. **Music Perception**, 28(1), 491-503.
- Karageorghis, C. and Priest, D. (2008). Music in Sport and Exercise : An Update on Research and Application. **The Sport Journal**, 11(3).
- Krause, V., Schnitzler, A., and Pollok, B. (2010). Functional network interactions during sensorimotor synchronization in musicians and non-musicians. **Neuroimage**, 52(1), 245-251.

- Large, E. (2000). On synchronizing movements to music. **Human Movement Science**, 19, 527-566.
- Pressing, J. (1999). The referential dynamics of cognition and action. **Psychological Review**, 106, 714-747.
- Repp, B. (2010). Sensorimotor synchronization and perception of timing: Effects of music training and task experience. **Human Movement Science**, 29, 200-213.
- Simpson, S. and Karageoghis, C. (2006). Effects of Synchronous Music on 400-Metre Sprint Performance. **Journal of Sports Sciences**, 24(10), 1095-1102.
- Suwanthada, S. (2003). **Sports Phychology**. Bangkok. Chulalongkorn University Press.
- Thorndike, E.L. (1968). **Conditioning and Instrumental Learning**. California: Brook Cole Publishing Co.
- Warnner, D. (1991). **Orff-Schulwerk applications for the classroom**. United States of America; Prentice Hall.
- Wuthipanyarattanakun, D. and Khajankij, S. (2013). Effects of using Music and Movement Activity Based on Dalcroze Approach on Kindergarteners Intellectual Ability. **Online Journal of Education**, 8(1), 2380-2394

ผลฉับพลันของการใช้ยางยืดที่มีแรงต้านต่างกันต่อพลังสูงสุดของการกระโดดแนวดิ่งในนักกีฬาโอลิมปิกเยาวชนหญิง

กมลมาศ เบญจพลสิทธิ์ และชนินทร์ชัย อินทราภรณ์

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลฉับพลันของการใช้ยางยืดที่มีต่อพลังสูงสุดของการกระโดดแนวดิ่ง และเพื่อเปรียบเทียบพลังสูงสุดของการกระโดดแนวดิ่งที่เกิดจากการใช้ยางยืดที่มีแรงต้านต่างกัน

วิธีดำเนินการวิจัย การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลฉับพลันของการใช้ยางยืดที่มีต่อพลังสูงสุดของการกระโดดแนวดิ่ง และเพื่อเปรียบเทียบพลังสูงสุดของการกระโดดแนวดิ่ง ที่เกิดจากการใช้ยางยืดที่มีแรงต้านต่างกัน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยคือนักกีฬาโอลิมปิกเยาวชนระดับเยาวชนของโรงเรียนกีฬากรุงเทพมหานคร อายุ 14-18 ปี เพศหญิง จำนวน 9 คน ความแข็งแรงสัมพัทธ์ 1.5-2.0 โดยทำการกระโดดแนวดิ่งร่วมกับยางยืดที่มีแรงต้านแตกต่างกัน 4 แรงต้าน ได้แก่ แรงต้านที่ 1 = 1.45 กิโลกรัม แรงต้านที่ 2 = 2.74 กิโลกรัม แรงต้านที่ 3 = 4.96 กิโลกรัม แรงต้านที่ 4 = 6.14 กิโลกรัม ในการวิจัยใช้ท่า Static half squat กระโดด 3 ครั้งต่อเนื่อง จำนวน 3 เซต ต่อการกระโดด 1 แรงต้านยางยืด ลำดับการทดสอบผลฉับพลันหาโดยใช้วิธีการถ่วงดุล

ลำดับ โดยวัดพลังสูงสุด แรงสูงสุดและความเร็วสูงสุดจากการกระโดด และนำค่าสูงสุดของแต่ละเซตมาหาค่าเฉลี่ย โดยในช่วงการทดสอบจะทดสอบทั้ง 4 ระดับแรงต้าน คือ สัปดาห์ละ 1 แรงต้าน จำนวน 4 สัปดาห์ นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ผลทางสถิติ หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ เปรียบเทียบ 4 แรงต้าน โดยถ้าพบความแตกต่างจึงเปรียบเทียบรายคู่โดยวิธีการของแอลเอสดี โดยทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัย ยางยืดทุกขนาดแรงต้าน มีผลฉับพลันในการเกิดพลังสูงสุด ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปผลการวิจัย ยางยืดทุกขนาดแรงต้านสามารถนำไปใช้ฝึกนักกีฬา เพื่อพัฒนาพลังสูงสุดของการกระโดดในแนวดิ่งได้

คำสำคัญ: ผลฉับพลัน / ยางยืด / พลังสูงสุดของการกระโดดแนวดิ่ง

ACUTE EFFECTS OF DIFFERENT RESISTANCE ELASTIC BAND ON VERTICAL JUMP PEAK POWER IN YOUNG FEMALE VOLLEYBALL PLAYERS

Kamolmark Benjapont and Chaninchai Intiraporn

Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University

Abstract

Purpose The purpose of this study was to investigate the acute effects of different resistance elastic band on vertical jump peak power in young female volleyball players.

Method Nine young female volleyball players, 14-18 years old, relative strength 1.5-2.0 from Bangkok Sport School performed four different resistance elastic band treatment in a counter-balance order. Treatment performing static half squat in vertical jump on FT700 Power System using four resistance elastic bands. The elastic have four resistance number 1 = 1.45 kilogram number 2 = 2.74 kilogram number 3 = 4.96 kilogram number 4 = 6.14 kilogram. One test per one resistance total to four tests within four weeks. Test peak power output, peak vertical ground reaction

force and peak bar velocity. The obtained of data were analyzed in term of One-way Analysis of Variance with repeated measures, if there were significant differences, then the data were compared by pair using LSD method at the statistical significant level of $p < .05$

Results The research result indicated that the acute effect of different resistance elastic band on vertical jump peak power no significantly differences at the .05 level.

Conclusion The optimal load for peak power output occurs at various resistance of elastic band.

Key Words : Acute effects / Elastic band / Vertical jump peak power

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

นักกีฬาส่วนใหญ่ต้องการออกแรงมากและออกแรงอย่างรวดเร็ว จึงต้องอาศัยพลังกล้ามเนื้อเป็นหลักในการออกแรง โดยการเกิดพลังกล้ามเนื้อนั้นต้องอาศัยความแข็งแรงของกล้ามเนื้อและความเร็วในการหดตัวของกล้ามเนื้อ โดยมีวิธีการพัฒนาพลังกล้ามเนื้อ ได้แก่ การฝึกด้วยน้ำหนัก (Weight training) ใช้ในการพัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ การฝึกพลัยโอเมตริก (Plyometric training) ใช้ในการพัฒนาความเร็วในการหดตัวของกล้ามเนื้อ แต่เนื่องด้วยในปัจจุบันรูปแบบการฝึกได้มีการพัฒนาเอา การฝึกด้วยน้ำหนักและการฝึกพลัยโอเมตริกมารวมเข้าด้วยกัน เรียกได้ว่าเป็นการฝึกแบบเชิงซ้อน (Complex training) คือการฝึกด้วยน้ำหนักก่อนแล้วฝึกพลัยโอเมตริกตามทันที การฝึกพลัยโอเมตริกควบคู่กับการฝึกด้วยน้ำหนัก (Combined plyometric training and weight training) คือการฝึกพลัยโอเมตริกหรือการฝึกด้วยน้ำหนักก่อนและหลังจากนั้นฝึกอีกหนึ่งรูปแบบที่เหลือ การฝึกแบบนี้จะทำให้เกิดการพัฒนากล้ามเนื้อมากขึ้น การฝึกพลัยโอเมตริกด้วยน้ำหนัก (Plyometric training with weight) คือการฝึกพลัยโอเมตริกพร้อมกับการฝึกด้วยน้ำหนักในคราวเดียวกัน ซึ่งการฝึกแบบนี้เป็นการรวมเอาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อและความเร็วในการหดตัวของกล้ามเนื้อมาฝึกพร้อมกัน เป็นการพัฒนาทำให้เกิดแรงระเบิดของกล้ามเนื้อ (Intiraporn, 2012) แต่การฝึกแบบนี้เป็นการแบกน้ำหนักกระโดด ซึ่งทำให้เกิดการบาดเจ็บกับนักกีฬาได้ และถ้าต้องใช้น้ำหนักมากก็จะทำให้เกิดอุปสรรคในการฝึกได้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะหาอุปกรณ์เพื่อที่จะพัฒนากล้ามเนื้อในนักกีฬา

ปัจจุบันโค้ชและนักกีฬาได้พยายามหาวิธี อุปกรณ์ และรูปแบบการฝึกใหม่ๆ เพื่อให้ได้ประสิทธิภาพในการฝึกที่มากที่สุดและสามารถนำไปพัฒนาความแข็งแรง

ความสามารถในการแข่งขันได้ และเมื่อไม่นานมานี้มีการใช้อุปกรณ์ชนิดใหม่เข้ามาร่วมใช้ในการฝึกนักกีฬา เพราะมีคุณสมบัติที่ต่างไปจากอุปกรณ์เดิม นั่นคือยางยืด (Elastic band) ยางยืดเป็นอุปกรณ์ให้แรงต้านชนิดหนึ่งที่ได้รับความสะดวก เนื่องจากช่วยแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นจากการใช้น้ำหนักแบบอิสระ (Free weight resistance) คือ มีจุดที่ยากที่สุดหรือต้องออกแรงมากที่สุดในบางช่วงการเคลื่อนไหวของการออกแรง (Sticking point) เช่น ในช่วงสุดท้ายของการย่อเข่า (Squat) หรือ Bench press (Anderson et al., 2008) และการใช้ยางยืดอย่างเดียวจะมีแรงต้านเกิดขึ้นน้อยในช่วงหนึ่งในสี่ของการยกน้ำหนัก (Behm, 1988) คือในช่วงแรกของการใช้ยางยืด แรงต้านที่เกิดขึ้นนั้นจะน้อยมากและจะค่อยๆ เพิ่มขึ้นตามความยาวที่ยางยืดได้ยืดออกไป จึงเป็นคุณสมบัติที่แตกต่างออกไปจากการใช้น้ำหนักแบบอิสระ (Free weight resistance) และยางยืดได้ถูกนำมาใช้อย่างแพร่หลาย เพราะมีน้ำหนักเบา ขนาดเล็ก พกพาสะดวก ราคาไม่สูงมากสามารถใช้ในภาคสนามได้ แต่เนื่องจาก ยางยืดมีแรงต้านหลายขนาดให้เลือกใช้ ซึ่งส่วนใหญ่ผู้ฝึกและนักกีฬาใช้วิธีการเลือกใช้ยางยืดโดยวัดจากความรู้สึกที่ผู้ฝึกได้รับเมื่อออกแรงดึงยางยืดแล้วรู้สึกว่ามีแรงต้านหรือมีน้ำหนักที่ออกแรงเกิดขึ้น แต่ไม่สามารถทราบถึงแรงต้านที่เหมาะสมกับการฝึกที่ทำให้เกิดพลังสูงสุดของตนเองได้อย่างแท้จริง จึงทำให้บางครั้งการเลือกใช้ยางยืดที่มีแรงต้านไม่เหมาะสมกับความแข็งแรงสัมพัทธ์ของแต่ละคนจึงอาจเป็นผลทำให้การฝึกไม่ได้ผลดีเท่าที่ควร ดังนั้นจึงควรมีการหาแรงต้านของยางยืดให้เหมาะสมกับกลุ่มบุคคลที่จะนำไปใช้ฝึกเพื่อประโยชน์ที่สูงสุดในการฝึก ดังนั้นจากงานวิจัยต่างๆ ที่ได้ศึกษาผ่านมา พบได้ว่ายังไม่มีการวิจัยใดที่ศึกษาการหาผลจับพลันของยางยืดอย่างเดียวที่ทำให้เกิดพลังสูงสุดในนักกีฬาที่ต้องใช้ท่ากระโดดในแนวดิ่ง (Vertical jump)

เป็นท่าสำคัญ และลดอาการบาดเจ็บของนักกีฬาจากการแบกน้ำหนักกระโดดของการฝึกในปัจจุบัน ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาการหาแรงต้านของยางยืดที่เหมาะสมสำหรับใช้ในการฝึกนักกีฬาที่ใช้ท่ากระโดดแนวตั้งเป็นหลัก เช่น วอลเลย์บอลและบาสเกตบอล

วัตถุประสงค์ของงานวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลสัมฤทธิ์ของการใช้ยางยืดที่มีต่อพลังสูงสุดของการกระโดดแนวตั้ง
2. เพื่อเปรียบเทียบพลังสูงสุดของการกระโดดแนวตั้ง ที่เกิดจากการใช้ยางยืดที่มีแรงต้านต่างกัน

สมมุติฐานของการวิจัย

การใช้ยางยืดแต่ละแรงต้านจะให้ผลของพลังกล้ามเนื้อที่แตกต่างกัน

วิธีการดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental research) โดยได้ผ่านการพิจารณาจริยธรรม

โดยคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย รับรองเมื่อวันที่ 18 ธันวาคม พ.ศ. 2556

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยเลือกตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) เป็นนักกีฬาวอลเลย์บอลระดับเยาวชน ของโรงเรียนกีฬากรุงเทพมหานคร อายุ 14-18 ปี เพศหญิง จำนวน 9 คน หาได้โดยการกำหนดค่า Power ที่ระดับ 0.80 ค่า Effect size ที่ระดับ 0.60 และระดับนัยสำคัญอยู่ที่ 0.05 (Cohen, 1988)

เกณฑ์การคัดเลือกผู้เข้าร่วมการวิจัย

1. เป็นนักกีฬาวอลเลย์บอล เพศหญิง ระดับเยาวชน อายุ 14-18 ปี
2. สมัครใจเข้าร่วมวิจัย
3. มีความแข็งแรงสัมพัทธ์ 1.5-2.0
4. มีส่วนสูง 165-170 ซม.

ตารางที่ 1 ข้อมูล อายุ น้ำหนัก ส่วนสูง ของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 9 คน

	$\bar{x}$	SD
อายุ (ปี)	16	0.70
น้ำหนัก (กิโลกรัม)	54.5	6.40
ส่วนสูง (เซนติเมตร)	166.77	1.48
ความแข็งแรงสัมพัทธ์	1.76	0.14

เกณฑ์การคัดเลือกผู้เข้าร่วมวิจัยออกจากการวิจัย

1. มีเหตุสุดวิสัย ทำให้ไม่สามารถทำการทดสอบได้ครบตามเวลาที่กำหนด
2. ไม่สมัครใจเข้าร่วมการวิจัยต่อไป
3. เข้าร่วมการวิจัยไม่ครบจำนวนครั้ง

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงโดยการหาค่า 1RM ของท่าฮาล์ฟสควอท โดยใช้เครื่อง Keiser squat A 300 ในนักกีฬาวอลเลย์บอลระดับเยาวชน อายุ 14-18 ปี เพศหญิง ความแข็งแรงสัมพัทธ์ 1.5-2.0

2. อธิบายขั้นตอนการวิจัยให้ผู้เข้ารับการทดสอบ เข้าใจอย่างละเอียด

3. ให้กลุ่มตัวอย่างเปลี่ยนชุดพร้อมทำการกระโดด แนวตั้ง (Vertical jump) โดยต้องทำการ warm-up โดยการยืดเหยียด เป็นเวลา 10 นาที ก่อนทำการกระโดด

4. เตรียมเครื่องฝึกและทดสอบกล้ามเนื้อแรงระเบิด FT700 Power System (Fittech, Australia) Ballistic Measurement System software (BMS, Innervations, Adelaide, Australia)

5. เตรียมยางยืด (Elastic band) ทั้งหมด 4 แรงต้าน ได้แก่ แรงต้านที่ 1 = 1.45 กิโลกรัม แรงต้านที่ 2 = 2.74 กิโลกรัม แรงต้านที่ 3 = 4.96 กิโลกรัม แรงต้านที่ 4 = 6.14 กิโลกรัม

6. ให้ผู้กระโดดยืนเตรียมความพร้อมบน Force platform โดยเอาบาร์เบลล์วางที่ขาและย่อเข้าเตรียม กระโดด ที่ 90 องศา โดยใช้ Goniometer ในการวัดมุมที่เข้า เพื่อให้ได้ระยะในการเตรียมยางยืดที่สภาวะธรรมชาติไม่เกิดแรงต้าน

7. เลือกยางยืดที่เตรียมไว้ 4 ระดับแรงต้าน มาหนึ่งแรงต้าน เลือกยางยืดที่เตรียมไว้ตามลำดับที่กำหนด ได้แก่ สัปดาห์ที่ 1 กลุ่ม a ทดสอบแรงต้านที่ 1 กลุ่ม b ทดสอบแรงต้านที่ 2 กลุ่ม c ทดสอบแรงต้านที่ 3 ซึ่งลำดับดังกล่าวใช้วิธีการถ่วงดุลลำดับเป็นตัวกำหนด ผูกยางยืดให้ปลายข้างหนึ่งติดกับบาร์ด้านบน ส่วนปลายยางยืดอีกข้างยึดติดกับพื้นด้านข้างเครื่อง FT700 Tower System ให้มีลักษณะขนานกัน ทั้ง 2 ด้าน ซ้าย-ขวา เพื่อเป็นที่ยึดยางยืดด้านล่าง และผูกยางยืดให้ได้ความตึงของยางยืดที่ความตึงปกติ โดยยังไม่เกิดแรงต้านจากยาง ใช้ยางยืดจำนวน 2 เส้น คือ ข้างละ 1 เส้น โดยท่าของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการเตรียมยางยืด คือ ท่าฮาล์ฟสควอท เข้าท่ามุมที่ 90 องศา และแรงต้านจะเกิดขึ้นกับกลุ่มตัวอย่างเมื่อองศาเข้าเกิน 90 องศาขึ้นไป

8. กระโดดต่อเนื่องกัน 3 ครั้ง จำนวน 3 เซต โดยมีการพักระหว่างเซตละ 5 นาที เพื่อดูผลนับพลังของค่าเฉลี่ยของพลังกล้ามเนื้อสูงสุด ทำขั้นตอนข้างต้นจนครบจำนวนอาสาสมัคร

9. นัดผู้ทดสอบมากระโดดแนวตั้ง เป็นเวลาทั้งหมด 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง โดยทำการทดสอบทุกวันจันทร์ เพื่อให้ผู้ทดสอบได้พัก และให้การกระโดดแนวตั้งแต่ละครั้งไม่ส่งผลต่อกัน จนครบจำนวนแรงต้านของยางยืด 4 ระดับ

10. เก็บข้อมูลและสรุปผลหาพลังสูงสุดที่ได้จากการกระโดดแนวตั้ง ว่าแรงต้านของยางยืดระดับไหนส่งผลให้เกิดพลังสูงสุดในกลุ่มตัวอย่างนี้มากที่สุด ด้วยความหนักเท่าไร โดยตัวแปรที่ต้องการศึกษา คือ ผลนับพลังของพลังสูงสุด วัดโดยเครื่องฝึกและทดสอบกล้ามเนื้อแรงระเบิด FT700 Power System

การวิเคราะห์ข้อมูล นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ โดยใช้ระบบคอมพิวเตอร์เพื่อหาค่าสถิติดังนี้

1. วิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (Mean)

2. วิเคราะห์ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)

3. เปรียบเทียบผลของการใช้ยางยืด (Elastic band) โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ชนิดวัดซ้ำ (One-way analysis of variance with repeated measures) และทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่โดยวิธีการของแอลเอสดี (LSD)

4. ทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัย

1. จากการทดลองพบว่า ผลนับพลังของพลังสูงสุดที่เกิดขึ้นนั้น พบว่าการใช้ 4 แรงต้าน ต่างกันนั้น ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ตารางวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวชนิดวัดซ้ำของพลังสูงสุด (วัตต์) เมื่อทำการทดสอบกระโดดในยางยืดที่มีแรงต้านต่างกัน 4 ระดับ (n = 9)

	$\bar{x}$	SD	F	P
แรงต้านที่ 1 = 1.45 กิโลกรัม	2921.64	415.34	2.571	.078
แรงต้านที่ 2 = 2.74 กิโลกรัม	2975.07	435.34		
แรงต้านที่ 3 = 4.96 กิโลกรัม	3007.89	467.30		
แรงต้านที่ 4 = 6.14 กิโลกรัม	3026.85	464.58		

p>.05

2. ผลของแรงสูงสุดที่เกิดขึ้นฉับพลันจากการใช้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังแสดงในตาราง ยางยืด 4 แรงต้านนั้น พบว่าไม่มีความแตกต่างกัน ที่ 3

ตารางที่ 3 ตารางวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวชนิดวัดซ้ำของแรงสูงสุด (นิวตัน) เมื่อทำการทดสอบกระโดดในยางยืดที่มีแรงต้านต่างกัน 4 ระดับ (n = 9)

	$\bar{x}$	SD	F	P
แรงต้านที่ 1 = 1.45 กิโลกรัม	1988.84	381.90	.472	.705
แรงต้านที่ 2 = 2.74 กิโลกรัม	2061.12	492.72		
แรงต้านที่ 3 = 4.96 กิโลกรัม	2091.34	437.49		
แรงต้านที่ 4 = 6.14 กิโลกรัม	2005.85	397.82		

p>.05

3. ผลของความเร็วสูงสุดที่เกิดขึ้นฉับพลันจากการ ใช้ยางยืด 4 แรงต้านนั้น พบว่าไม่มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังแสดงในตาราง ที่ 4

ตารางที่ 4 ตารางวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวชนิดวัดซ้ำของความเร็วสูงสุด (เมตรต่อวินาที) เมื่อทำการทดสอบกระโดดในยางยืดที่มีแรงต้านต่างกัน 4 ระดับ (n = 9)

	$\bar{x}$	SD	F	P
แรงต้านที่ 1 = 1.45 กิโลกรัม	2.667	.134	2.245	.109
แรงต้านที่ 2 = 2.74 กิโลกรัม	2.608	.171		
แรงต้านที่ 3 = 4.96 กิโลกรัม	2.693	.202		
แรงต้านที่ 4 = 6.14 กิโลกรัม	2.702	.202		

p>.05

อภิปรายผลการวิจัย

จากสมมุติฐานการวิจัยที่ว่า การใช้ยางยืดแต่ละแรงต้านจะให้ผลของพลังกล้ามเนื้อที่แตกต่างกันซึ่งผลการวิจัยพบว่าค่าเฉลี่ยพลังสูงสุดที่เกิดขึ้นฉับพลันในแต่ละแรงต้านของยางยืดนั้น ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงไม่เป็นไปตามสมมุติฐาน โดยยางยืดทุกระดับแรงต้านที่ใช้ในการวิจัยนี้วัดจากความแตกต่างระหว่างความสูงของบาร์ในขณะที่กลุ่มตัวอย่างอยู่ในท่าฮาล์ฟสควอทเข่าที่ 90 องศาจนถึงตำแหน่งบาร์ในจังหวะที่กลุ่มตัวอย่างกระโดดได้สูงสุด โดยแรงต้านยางยืดทุกระดับให้ผลฉับพลันต่อพลังสูงสุด (วัตต์) แรงสูงสุด (นิวตัน) และความเร็วสูงสุด (เมตรต่อวินาที) ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อดูผลจากตารางที่ 2,3,4 นั้นปรากฏผลดังนี้ ที่แรงต้านยางยืด 1.45 กิโลกรัม ได้พลังสูงสุดน้อย เพราะขนาดแรงต้านของยางยืดน้อยสุด จึงเกิดผลฉับพลันของพลังสูงสุดน้อยสุด ได้แรงสูงสุดน้อย แต่ได้ความเร็วมาก ที่แรงต้านยางยืด 2.74 กิโลกรัม ได้พลังสูงสุดมากขึ้น เพราะยางยืดมีแรงกระทำต่อกล้ามเนื้อมากขึ้นตามลำดับ ได้แรงสูงสุดมากขึ้น แต่ความเร็วลดลง ที่แรงต้านยางยืด 4.96 กิโลกรัม ได้พลังสูงสุดมากขึ้นตามลำดับ เพราะยางยืดมีแรงกระทำต่อกล้ามเนื้อมากขึ้น แรงสูงสุดมากที่สุด ความเร็วมากขึ้น ส่วนแรงต้านยางยืด 6.14 กิโลกรัม ได้พลังสูงสุดมากที่สุด เพราะยางยืดมีแรงกระทำต่อกล้ามเนื้อมากที่สุด และเมื่อมีการทำงานของกล้ามเนื้อแบบเหยีดออก (eccentric contraction) ต่อเนื่องกับการทำงานของกล้ามเนื้อแบบหดสั้น (concentric contraction) ซึ่งเป็นลักษณะของพลัยโอเมตริก (plyometrics) ทำให้มีการถ่ายโยงแรงและความเร็วในการทำงานของกล้ามเนื้อเกิดขึ้นในลักษณะที่มีการทำซ้ำกันหลายครั้ง และจะเกิดหลังจากที่มีการกระโดดขึ้นไปแล้วลงสู่พื้นในครั้งต่อไป จึงทำให้ขนาดแรงต้านยางยืด 6.14 กิโลกรัม ได้ผลฉับพลันของพลังสูงสุดมากที่สุด และได้

ความเร็วมากที่สุดในเวลาเดียวกัน จึงสามารถเลือกเอาข้อดีของแต่ละแรงต้านยางยืดไปใช้งานได้ เช่น ต้องการฝึกพลังสูงสุด ก็เลือกใช้ขนาดแรงต้านยางยืดที่ให้พลังสูงสุดมากที่สุด หรือต้องการความเร็วสูงสุด ก็เลือกใช้แรงต้านยางยืดที่ให้ความเร็วสูงสุดมากที่สุด เป็นต้น แต่ผลทั้งหมดนี้มีความแตกต่างกันน้อยมาก จนไม่ถือว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ เนื่องจากขนาดแรงต้านของยางยืดทั้ง 4 ระดับนั้นใกล้เคียงกันมาก และเพราะขนาดแรงต้านของยางยืดน้อย แต่นักกีฬาที่เป็นผู้เข้ารับการทดสอบมีความแข็งแรงมาก ทำให้ผลฉับพลันของพลังสูงสุดที่ออกมาไม่แตกต่างกัน จึงสามารถสรุปได้ว่า แรงต้านยางยืดทุกระดับนั้นสามารถนำมาใช้ฝึกพลังสูงสุดได้เหมือนกัน ในการวิจัยครั้งนี้เพราะมีการให้น้ำหนักแรงต้านที่ให้แก่วัดทดสอบใกล้เคียงกันมาก ซึ่งจากผลที่ได้ผลฉับพลันของพลังสูงสุด แรงสูงสุดและความเร็วสูงสุดที่เกิดขึ้น ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

สรุปผลการวิจัย

จากผลการศึกษาในครั้งนี้พบว่า การใช้แรงต้านของยางยืดที่แตกต่างกันนั้น ไม่ส่งผลให้พลังสูงสุดเกิดขึ้นอย่างฉับพลัน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยในการศึกษาค้างนี้พบว่ายางยืดแรงต้านที่เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างกลุ่มนี้คือ แรงต้านทุกระดับ เพราะไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ .05 และสามารถนำมาประยุกต์ใช้ฝึกพลังกล้ามเนื้อของการกระโดดในแนวตั้งให้นักกีฬาได้จริง

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ควรศึกษาวิธีการใช้เครื่องฝึกและทดสอบกล้ามเนื้อแรงระเบิด FT700 Power System ให้ละเอียดก่อนใช้งานจริง เพื่อประโยชน์ในการเก็บข้อมูล เพราะเครื่องสามารถบอกข้อมูลได้หลายค่า เป็นประโยชน์ในการใช้วิเคราะห์ผลการวิจัย ควรศึกษาวิธีการวิเคราะห์ผล

และใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ในการคำนวณค่าต่างๆ เพื่อความแม่นยำ และเที่ยงตรง และในการทดสอบครั้งต่อไปเพื่อความแม่นยำมากยิ่งขึ้นและไม่ให้เกิดคลาดเคลื่อนของค่าที่จะทดสอบควรจัดทำทาง องศาเข้า และความตึงยางยืด ให้เหมาะสมและถูกต้องตามความสูงของผู้เข้ารับการทดสอบ เพื่อให้เกิดการคลาดเคลื่อนของค่าที่ได้น้อยที่สุด และทุกครั้งก่อนทำการกระโดดต้องมี warm up ประมาณ 5-10 นาที ก่อนทุกครั้งเพื่อป้องกันการบาดเจ็บที่จะเกิดจากการกระโดด สอนท่าทางการกระโดดที่ถูกต้องแก่ผู้เข้าร่วมการทดสอบ แล้วให้ลองทำก่อนทำการกระโดดจริงบนเครื่อง ควรตั้งค่าเครื่องที่ศูนย์ ทุกครั้งก่อนทำการกระโดด เพื่อป้องกันการคลาดเคลื่อนของค่าที่ต้องการวัด และสวมใส่เสื้อผ้า รองเท้า แบบเดิมทุกครั้ง การทำการทดสอบกระโดด เพื่อป้องกันการคลาดเคลื่อนของผลการวิจัยจากอุปกรณ์

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณกลุ่มตัวอย่างและผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับทุกท่านที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการวิจัยครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

- Baker, D., and Newton, R. D. (2005). Methods to increase the effectiveness of maximal power training for upper body. **Journal of Strength and Conditioning Research** 27: 24-32.
- Behm, D.G. (1988). Surgical tubing for sport and velocity specific training. **Journal of Strength and Conditioning Research** 10 (4): 66-70.
- Bellar David M. (2010). **Acute Effects of Elastic Tension on Bench Press Power**. Depart-
- ment of Physiology, Faculty of Science. (2000). **Exercise Physiology Laboratory Techniques**. Bangkok: Mahidol.
- Cohen, L., and Manion, L. (1988). **Research Method in Education**. 3rd. Ed. London: Routledge
- Colado J.C., Garcia-Masso. X., Pellicer M., Alakhdar Y., Benavent. J. and Cabeza-Ruiz. R. (2010). **A Comparison of Elastic Tubing and Isotonic Resistance Exercises**.
- Corey, Anderson. E., Sforzo Gar. A., and Sigg. John A., (2008) **The effects of combining elastic and free weight resistance on strength and power in athletes**.
- Cormie .P., McBride Jeffrey M., and McCaulley Grant O.. (2008). Power-Time, Force-Time, and Velocity-Time Curve Analysis During the Jump Squat: Impact of Load. **Journal of Applied Biomechanics**. 24, 112-120
- George James. D., Garth Fisher. A. and Vehrs. Pat R. (1994) **Labolatory Experiences in Exercise Science**. Boston: Jones and Bartlett
- Intiraporn. C. (2012) Comparison of loaded jump squat training protocols for muscular power development in low relative strength athletes. **Research Report Faculty of Sport Science. Chulalongkorn University**.
- Israetel M.A., McBride J.M., Nuzzo J.L., Skinner J.W. and Andrea M.D.(2010). **Kinetic and kinematic differences between squats performed with and without elastic band**.

- McMaster, Travis .D; Cronin, John PhD; McGuigan, Michael PhD, CSCS (2009). Forms of Variable Resistance Training. **Journal of Strength and Conditioning Research**, 31(1), 50-64.
- Newton R.U. (1994). Developing Explosive Muscular Power: Implications for a mixed methods training strategy. **Journal of Strength and Conditioning Research**, 16(5), 20-31.
- Prejean .S., Judge Lawrence W., PhD, CSCS, Tiffany J. Patrick and David Bellar, PhD, CSCS. **Acute Effect of Combined Elastic and Free-weight Tension on Power in the Bench Press Lift. Sport and exercise.** (Online). 2011. Available from : <http://www.cardiff.ac.uk/sport.com>
- Stevenson, M.W., Warpeha, J.M., Dietz, C.C., Giveans, R.M., and Erdman A.G. (2010). Acute effects of elastic bands during the free-weight barbell back squat exercise on velocity, power, and force production. **The Journal of Strength and Conditioning Research** 24(11): 2944-2954.
- Stoppani, J. **Encyclopedia of Muscle and Strength.** Human Kinetics. Champaign, IL. (2005).
- Torranin, C., Charoenruk, K., and Kanjanarungsan, R., (1995) **Physical Fitness for Asean School Children.** Department of Physical Education Thailand.
- Wallace, B. J., Winchester, J.B., and McGuigan, M.R . (2006). Effects of elastic bands on force and power characteristics during the back squat exercise. **Journal of Strength and Conditioning Research** 20(2): 268-272.

ความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึก ของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก

ชินพัชร ประพัฒนสารกุล และจุฑา ดิงศักดิ์
คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก และเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึก โดยจำแนกตามเพศ อายุ และรายได้ส่วนตัวเฉลี่ยต่อเดือน

วิธีดำเนินการวิจัย ใช้แบบสอบถามในการเก็บข้อมูล จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 414 คน นำผลที่ได้มาวิเคราะห์ทางสถิติโดยหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่า “ที” และวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว กรณีพบความแตกต่างรายคู่ จะวิเคราะห์ด้วยวิธี แอลเอสดี

ผลการวิจัย ความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ด้านผลิตภัณฑ์ (ค่าเฉลี่ย = 4.21) ด้านราคา (ค่าเฉลี่ย = 4.09) ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย (ค่าเฉลี่ย = 4.08) และด้านการส่งเสริมการตลาด (ค่าเฉลี่ย = 4.02)

สรุปผลการวิจัย พบว่า 1) ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชาย อายุ 20-35 ปี มีรายได้ส่วนตัว

เฉลี่ยต่อเดือน 10,000-20,000 บาท ซื้อสินค้ามาแล้ว 3-5 ครั้ง ในช่วงฤดูกาลแข่งขัน ใช้จ่ายสินค้าที่ระลึก 100-1,000 บาทต่อครั้ง และมาเลือกซื้อกับเพื่อน และซื้อเพื่อนำไปใช้อุปโภค และชื่นชอบสินค้าประเภทเครื่องนุ่งห่มมากที่สุด และส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลข่าวสารมาจาก อินเทอร์เน็ต/เว็บไซต์ และมีการวางแผนจะกลับมาซื้อสินค้าที่ระลึกอีกครั้ง และสินค้าที่ระลึกต้องแสดงเอกลักษณ์ความเป็นสโมสรนั้นๆ และจะแนะนำเพื่อนหรือญาติให้มาเลือกซื้อสินค้าที่ระลึก 2) เพศชาย และเพศหญิงมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึก ในด้านราคา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 3) ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีอายุแตกต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึก ไม่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 4) ผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้ส่วนตัวเฉลี่ยต่อเดือนแตกต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึก ไม่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

คำสำคัญ: ความคิดเห็น / การตัดสินใจซื้อ / สินค้าที่ระลึก / ผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก

OPINION CONCERNING TOWARDS DECISION MAKING BUYING SOUVENIRS OF TOYOTA THAI PREMIER LEAGUE SPECTATORS

Chinnapat Prapatnasankul and Juta Tingsabhat

Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University

Abstract

Purpose The purpose of this research were to study about opinion concerning towards decision making buying souvenirs of Toyota Thai Premier League spectators and comparing opinion classified by gender age and income.

Methods A total of 414 subjects answered the questionnaire which was used a survey tool. Data were analyzed statistically by using mean, standard deviation, t-test and One-way ANOVA (F-test). Then the differences were analyzed in pairs by using LSD method.

Results Opinion concerning towards decision making buying souvenirs of Toyota Thai Premier League spectators were ranked in high level in term of Product (Mean = 4.21), Price (Mean = 4.09), Place (Mean = 4.08) and Promotion (Mean = 4.02).

Conclusion 1) The samples were male aged 20-35 years old. Their incomes were approximately 10,000-20,000 Baht. They bought 3-5 times in the competition season. They

spent 100-1,000 Baht per time. They purchased souvenirs with friend and buying for consumption. Souvenirs they liked the most were clothes. The internet and website was used to search for information regarding to souvenirs. Souvenirs must be unique each the club. 2) Results of comparing opinion about buying souvenirs of spectators classified by gender using t-test were found to be significantly different at 0.05 levels in term of Product. 3) Results of comparing opinion about buying souvenirs of spectators classified by age using One-way ANOVA (F-test) were not found to be significantly different at 0.05 levels 4) Results of comparing opinion about buying souvenirs of spectators classified by income using One-way ANOVA (F-test) were not found to be significantly different at 0.05

Key Words: Opinion / Decision / Souvenirs / Toyota Thai Premier League Spectators

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ฟุตบอลเป็นกีฬาที่ได้รับความนิยมจากทั่วโลก ประเทศไทยได้เริ่มเล่นกีฬาฟุตบอลในสมัยของพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 5 แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ ทั้งนี้สืบเนื่องมาจากสมัยรัชกาลที่ 5 พระองค์ได้ส่งพระเจ้าลูกยาเธอ พระเจ้าหลานยาเธอ และข้าราชการไปศึกษาวิชาการด้านต่าง ๆ ที่ประเทศอังกฤษและผู้ที่นำกีฬาฟุตบอลกลับมายังประเทศไทยเป็นคนแรก คือเจ้าพระยาธรรมศักดิ์มนตรี (สนั่น เทพหัสดิน ณ อยุธยา) ระยะแรกที่มีการนำฟุตบอลเข้ามาเล่นในประเทศไทยมีการวิจารณ์อย่างมาก หลายคนกล่าวว่าฟุตบอลเป็นกีฬาที่ไม่เหมาะสมกับประเทศที่มีอากาศร้อน เช่น ประเทศไทยเหมาะสมกับประเทศที่มีอากาศหนาวและเป็นเกมที่ทำให้เกิดอันตรายต่อผู้เล่นและผู้ชมได้ง่าย แต่ในปัจจุบันกีฬาฟุตบอลได้กลายเป็นกีฬาที่ได้รับความนิยมสูงสุดในประชาชนชาวไทยและทั่วโลก จากนั้นฟุตบอลในประเทศไทยก็ได้รับการพัฒนาต่อมาเรื่อยๆ จากในรั้ววังก็เริ่มเข้ามาสู่ผู้คนทั่วไป เริ่มมีสโมสรสังกัด เริ่มมีรายการแข่งขันเกิดขึ้นเหมือนกับต่างประเทศ พ.ศ. 2459 พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัวทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ตั้งสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยขึ้นเมื่อวันที่ 25 เมษายน พุทธศักราช 2459 และตราข้อบังคับขึ้นใช้ในสนามฟุตบอลแห่งสยามด้วยซึ่งมีชื่อย่อว่า ส.ฟ.ท.และเขียนเป็นภาษาอังกฤษว่า “THE FOOTBALL ASSOCIATION OF THAILAND UNDER THE PATRONAGE OF HIS MAJESTY THE KING” ใช้อักษรย่อว่า F.A.T. และสมาคมได้จัดการแข่งขันถ้วยใหญ่และถ้วยน้อยเป็นครั้งแรกในปีนั้นด้วย (Department of Physical Education, 2012) จนกระทั่งเมื่อปี พ.ศ. 2539 สมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยฯ ปรับปรุงระบบการแข่งขันฟุตบอลในประเทศ จากวัตถุประสงค์เพื่อความเป็นเลิศมาเป็นรูปแบบอาชีพ โดยเริ่มก่อตั้งฟุตบอลลีกสูงสุดขึ้น

ซึ่งมีสโมสรฟุตบอลเข้าร่วมแข่งขัน เริ่มแรกที่ 10 ทีม ก่อนที่จะเพิ่มเป็น 12 ทีมในเวลาต่อมา โดยในปี พ.ศ. 2550 มีการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญคือ การยุบโปรวินเชียลลีกโดยให้สโมสร 4 อันดับแรก เข้าแข่งขันในไทยแลนด์พรีเมียร์ลีกแทน รวมจำนวนสโมสรในไทยแลนด์พรีเมียร์ลีกเป็น 16 ทีม พร้อมทั้งเพิ่มเงื่อนไขให้สโมสรซึ่งอยู่ใน 3 อันดับสุดท้ายเมื่อจบฤดูกาลต้องตกชั้นไปสู่ไทยลีกดิวิชั่น 1 โดยมีทีมชนะเลิศกับอันดับ 2 และ 3 ของไทยลีกดิวิชั่น 1 ขึ้นชั้นมาสู่ไทยพรีเมียร์ลีกเป็นการทดแทน (Wikipedia, 2014: Online) จากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวทำให้ฟุตบอลกลายเป็นลีกอาชีพมากขึ้นแต่ละสโมสรจึงมีการดำเนินการพัฒนาปรับปรุงสโมสรของตนเองในด้านต่างๆ ให้ดีขึ้นและให้ผ่านระเบียบข้อบังคับ กฎเกณฑ์ต่างๆ ที่ผู้จัดการแข่งขันวางเอาไว้ จึงทำให้ยอดผู้เข้าชมหลังไหลมาชมการแข่งขันเพิ่มขึ้นในแต่ละปีหลายสโมสรจึงเล็งเห็นผลกำไรที่จะเกิดขึ้นในอนาคตอย่างแน่นอน ไม่ว่าจะเป็นรายได้จากลิขสิทธิ์การถ่ายทอดสด รายได้จากผู้ให้การสนับสนุน รายได้จากตั๋วเข้าชมการแข่งขัน และรายได้บางส่วนก็คือ รายได้จากสินค้าที่ระลึก เนื่องจากสินค้าที่ระลึกเป็นช่องทางในการทำรายได้ที่ทางสโมสรสามารถกำหนด และควบคุมตัวแปรเองได้ เช่น ด้านผลิตภัณฑ์ ด้านราคา ด้านสถานที่ในการจัดจำหน่าย และด้านการส่งเสริมการตลาด ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีส่วนประสมทางการตลาด ศิริวรรณ เสรีรัตน์ และคณะ (Sereerat et al., 2003) กล่าวไว้ว่า ส่วนประสมทางการตลาดหมายถึง กลยุทธ์ทางธุรกิจประเภทหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมผู้บริโภค โดยจะครอบคลุมประเด็นต่างๆ 4 ด้าน ได้แก่ ผลิตภัณฑ์ (Product) ราคา (Price) ช่องทางการจัดจำหน่าย (Place) และการส่งเสริมการตลาด (Promotion) ที่ธุรกิจต้องใช้ร่วมกันเพื่อตอบสนองความต้องการของตลาดเป้าหมายโดยแต่ละสโมสรจะมีการผลิตสินค้าที่ระลึกออกมาจำหน่าย

เพื่อตอบสนองความต้องการของผู้บริโภคของตัวเองเป็นหลัก เพราะจากสถิติที่ผ่านมาของบริษัทโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก ฤดูกาล 2556 และ 2557 จะพบว่ายอดขายสินค้าที่ระลึกแต่ละสโมสรตลอดฤดูกาลมีมูลค่าทั้งหมดรวม 68,295,832 และ 73,045,343 ล้านบาทตามลำดับ (Thai Premier League Co.,Ltd., 2014: Online) ซึ่งเป็นมูลค่าที่มหาศาลมาก และยังมีอัตราการเติบโตเพิ่มขึ้นทุกปีอีกด้วยจากการที่ยอดขายสินค้าที่ระลึก และยอดผู้เข้าชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีกมีการเติบโตสูงขึ้นเรื่อยๆทุกปี

ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะทำการศึกษาค้นคว้าวิจัยที่ส่งผลต่อการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก โดยมุ่งที่จะศึกษาด้านแนวความคิดเกี่ยวกับสินค้าที่ระลึก ด้านอุปสงค์อุปทาน ส่วนประสมทางการตลาด พฤติกรรมผู้บริโภคความจงรักภักดีต่อตราสินค้า และข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก เพื่อเป็นแนวทางให้สโมสรไปประยุกต์ใช้ในการปรับปรุงแก้ไขการดำเนินงานให้สามารถตอบสนองความต้องการของผู้บริโภคได้ดียิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก
2. เพื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีกโดยจำแนกตามเพศ อายุ และรายได้ ส่วนตัวเฉลี่ยต่อเดือน

สมมติฐานของการวิจัย

ผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีกโดยจำแนกตามเพศ อายุ และรายได้ส่วนตัวเฉลี่ยต่อเดือน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกที่แตกต่างกัน

วิธีการดำเนินงานวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก จำนวน 18 สโมสร ทั้งเพศชายและหญิง ประจำฤดูกาล 2558 ณ สนามแข่งขันที่เคยซื้อสินค้าที่ระลึก ซึ่งจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้มาจากตารางกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างของ ยามาเน่ (Yamane, 1967) จากจำนวนผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีกเพศชายและหญิง ทุกสนามการแข่งขัน ประจำฤดูกาล 2557 เป็นจำนวนประชากรเท่ากับ 1,915,592 คน (Thai Premier League Co.,Ltd., 2014) ได้เป็นขนาดของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 400 คน เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างที่มีสัดส่วนเป็นจำนวนที่เท่ากัน วิธีการได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่างผู้วิจัยใช้วิธีแบบเป็นระบบ (Systematic Sampling Method) จากผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีกสโมสรละ 23 คน ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่จะเก็บรวบรวมข้อมูล เท่ากับ 414 คน

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีวรรณกรรม และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่าง ๆ โดยศึกษาแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับสินค้าที่ระลึก แนวคิดและทฤษฎีส่วนประสมทางการตลาด 4 ด้าน ได้แก่ ผลิตภัณฑ์ (Product) ราคา (Price) ช่องทางการจัดจำหน่าย (Place) และการส่งเสริมการตลาด (Promotion) ทฤษฎีอุปสงค์อุปทาน แนวคิดและทฤษฎีพฤติกรรมผู้บริโภคในการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึก ความภักดีในตราสินค้า ข้อมูลทั่วไปของฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2. ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาสร้างแบบสอบถามโดยให้เนื้อหาครอบคลุมถึงความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึก และหาคุณภาพของเครื่องมือวิจัย

โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเพื่อหาความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) หลังจากนั้นนำมาวิเคราะห์หาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค (Index of Item - Objective Congruence: IOC) ซึ่งเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มีค่าดัชนีได้เท่ากับ 0.937 จากนั้นผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจริงจำนวน 30 คน เพื่อตรวจสอบความเที่ยง (Reliability) โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ในการนี้ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามไปทำการทดลอง กับผู้ชมฟุตบอลยามาลาลีกวัน ณ สนามการแข่งขัน ซึ่งเครื่องมือที่ใช้ทดลองใช้ในการวิจัยครั้งนี้ มีค่าดัชนีได้เท่ากับ 0.894

3. แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 5 ตอน ดังนี้ ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับลักษณะพื้นฐานส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก ตอนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับความภักดีในตราสินค้าของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก ตอนที่ 4 ข้อมูลเกี่ยวกับความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึก ผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก โดยใช้ทฤษฎีส่วนประสมทางการตลาดซึ่งประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ ด้านผลิตภัณฑ์ (Product) ด้านราคา (Price) ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย (Place) และด้านการส่งเสริมการตลาด (Promotion) ตอนที่ 5 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ มีลักษณะเป็นแบบสอบถามปลายเปิด

4. ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยทำการเก็บข้อมูลโดยขอความร่วมมือจากกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดโดยอาศัยวิธีการได้มาซึ่งเลือกตัวอย่างแบบเป็นระบบ (Systematic Sampling Method) เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างครบตามจำนวนที่ต้องการ โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการวิจัยเพื่อการกระจายตัวของข้อมูล แบ่งการเก็บ

ข้อมูลตามจำนวนสโมสรที่เข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก ฤดูกาล 2558 จำนวน 18 ทีม โดยแจกแบบสอบถามให้ผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีกแต่ละสโมสรตอบเท่าๆกัน ทีมละ 23 ชุด รวมทั้งหมด 414 ชุด ซึ่งเกินขั้นต่ำสุดของกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดไว้ ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล 2 เดือน ตั้งแต่เดือนมีนาคม ถึง เดือนเมษายน สถานที่ในการเก็บข้อมูล คือ สนามการแข่งขันฟุตบอลของแต่ละสโมสรในฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก ฤดูกาล 2558 เมื่อเก็บข้อมูลเสร็จจึงนำแบบสอบถามที่ได้มาตรวจสอบความสมบูรณ์ของการตอบแบบสอบถามและทำการลงรหัสข้อมูลและนำข้อมูลไปวิเคราะห์ผลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางคอมพิวเตอร์

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลแบบสอบถามใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติทางคอมพิวเตอร์ดังต่อไปนี้

1. ข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 1 ตอนที่ 2 และตอนที่ 3 นำข้อมูลมาวิเคราะห์แจกแจงความถี่ (Frequency) และหาต่อร้อยละ (Percentage) นำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

2. ข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 4 เป็นข้อมูลเกี่ยวกับความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก ซึ่งเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตามลำดับ นำมาวิเคราะห์หาค่าเป็นค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) นำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

3. ทดสอบเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีกของกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม คือ เพศชายและเพศหญิง โดยการทดสอบค่า "ที" (t-test) โดยในการทดสอบ

ความมีนัยสำคัญทางสถิติ ผู้วิจัยกำหนดไว้ที่ระดับ 0.05

4. วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) เพื่อทดสอบความมีนัยสำคัญของค่าเฉลี่ยความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก โดยจำแนกตามอายุ และรายได้ส่วนตัวเฉลี่ยต่อเดือน หากผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนพบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จะทำการเปรียบเทียบเป็นรายคู่ด้วยวิธีของแอลเอสดี (LSD: Least Significant Difference)

5. ในส่วนของความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ เป็นลักษณะคำถามแบบปลายเปิดใช้การวิเคราะห์ความถี่ของความคิดเห็นในประเด็นที่เหมือนกันหรือสอดคล้องกัน นำเสนอผลการวิเคราะห์เป็นรายชื่อ

พร้อมความถี่

ผลการวิจัย

จากการศึกษาวิจัยเรื่องความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก ผู้วิจัยได้สรุปผลการศึกษาดังนี้

1. ความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก โดยภาพรวม และรายด้านอยู่ในระดับมาก โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อลำดับแรก ได้แก่ ด้านผลิตภัณฑ์ รองลงมาคือ ด้านราคา และด้านช่องทางการจัดจำหน่าย ตามลำดับ ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก รวม 4 ด้าน

ส่วนประสมทางการตลาด	n = 414		ระดับความคิดเห็น
	$\bar{X}$	SD	
ด้านผลิตภัณฑ์	4.21	0.50	มาก
ด้านราคา	4.09	0.63	มาก
ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย	4.08	0.58	มาก
ด้านการส่งเสริมการตลาด	4.02	0.57	มาก
รวม	4.10	0.43	มาก

2. ผลการเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก ระหว่างเพศชายและเพศหญิง ด้วยการทดสอบค่า “ที” (Independent sample t-test) ผู้ตอบแบบสอบถามมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก ระหว่างเพศชายและเพศหญิง โดยภาพรวมไม่แตกต่าง

กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ยกเว้นด้านราคา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และเมื่อพิจารณารายชื่อในด้านราคาพบว่า ชื่อราคาสินค้าที่ระลึกค่อนข้างคงที่ไม่เปลี่ยนแปลงราคาบ่อยๆ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เพียงข้อเดียว ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานค่า “t” และค่า “p” ของความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโดยชาวไทยพรีเมียร์ลีก ระหว่างเพศชายและเพศหญิง ด้านราคา

ด้านราคา	เพศชาย (n=226)		เพศหญิง (n=188)		t	p
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
1. ราคาสินค้าที่ระลึกมีความเหมาะสมกับคุณภาพของสินค้า	4.28	0.70	4.20	0.85	1.081	0.280
2. ราคาสินค้าที่ระลึกค่อนข้างคงที่ไม่เปลี่ยนแปลงราคาบ่อยๆ	4.24	0.67	3.91	0.85	4.322	0.000*
3. สินค้าที่ระลึกประเภทเดียวกันมีหลากหลายราคาให้เลือกซื้อ	4.10	0.84	4.02	0.87	0.965	0.335
4. มีการรับบัตรเครดิตในการชำระเงิน	4.05	0.78	3.94	0.97	1.306	0.195
5. มีการลดราคาเมื่อมีการชำระด้วยเงินสด	4.07	0.85	3.99	0.89	0.833	0.405
รวม	4.15	0.58	4.01	0.68	2.176	0.030*

*p < 0.05

3. ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโดยชาวไทยพรีเมียร์ลีก ระหว่างช่วงอายุ ด้วยการทดสอบความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) ผู้ตอบแบบสอบถามมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโดยชาวไทยพรีเมียร์ลีก ระหว่างช่วงอายุ โดยภาพรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานค่า “t” และค่า “p” ของความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโดยชาวไทยพรีเมียร์ลีก ระหว่างช่วงอายุ รวม 4 ด้าน

ส่วนประสมทางการตลาด	20-35 ปี (n=230)		36-60 ปี (n=162)		60 ปีขึ้นไป (n=22)		F	p
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
ด้านผลิตภัณฑ์	4.21	0.54	4.19	0.45	4.38	0.35	1.519	0.220
ด้านราคา	4.07	0.63	4.10	0.64	4.15	0.52	0.182	0.834
ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย	4.09	0.58	4.06	0.59	4.13	0.42	0.234	0.791
ด้านการส่งเสริมการตลาด	4.04	0.55	3.99	0.61	4.07	0.49	0.405	0.667
รวม	4.10	0.46	4.08	0.40	4.18	0.27	0.531	0.589

4. ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก ระหว่างช่วงรายได้ส่วนตัวเฉลี่ยต่อเดือน ด้วยการทดสอบความแปรปรวนทางเดียว (One-way

ANOVA) ผู้ตอบแบบสอบถามมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก ระหว่างช่วงรายได้ส่วนตัวเฉลี่ยต่อเดือน โดยภาพรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานค่า “t” และค่า “p” ของความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก ระหว่างช่วงรายได้ส่วนตัวเฉลี่ยต่อเดือน (บาท) รวม 4 ด้าน

ส่วนประสมทางการตลาด	น้อยกว่า 10,000		10,000-20,000		20,001-30,000		30,000 ขึ้นไป		F	p
	(n=89)		(n=187)		(n=78)		(n=60)			
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
ด้านผลิตภัณฑ์	4.28	0.44	4.21	0.53	4.17	0.50	4.19	0.47	0.762	0.516
ด้านราคา	4.18	0.53	4.04	0.70	4.08	0.49	4.07	0.66	0.996	0.395
ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย	4.15	0.51	4.10	0.62	3.97	0.54	4.07	0.58	1.520	0.209
ด้านการส่งเสริมการตลาด	4.04	0.46	4.06	0.65	3.97	0.48	3.95	0.54	0.850	0.467
รวม	4.16	0.36	4.10	0.48	4.05	0.36	4.07	0.42	1.107	0.346

อภิปรายผลการวิจัย

1. ความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก จากผลการวิจัยพบว่า ผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก มีความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึก โดยภาพรวม และรายด้านอยู่ในระดับมาก ประกอบด้วย ด้านผลิตภัณฑ์ ด้านราคา ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย และด้านส่งเสริมการตลาด

ด้านผลิตภัณฑ์ พบว่าผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีกมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึก ด้านผลิตภัณฑ์อยู่ในระดับมากที่สุด ได้แก่ สินค้าที่ระลึกมีความหลากหลาย และมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากได้แก่ ลักษณะและรูปแบบของสินค้าที่ระลึกมีความน่าสนใจ สวยงาม และดึงดูดใจให้เกิด

การซื้อ ขนาดของสินค้าที่ระลึกมีความเหมาะสม และเคลื่อนย้ายได้สะดวก สินค้าที่ระลึกมีการออกแบบได้ตรงตามความต้องการของลูกค้า ชื่อตราสินค้าที่ระลึกเป็นที่รู้จัก และมีชื่อเสียง สินค้าที่ระลึกมีคุณภาพดี และคุณสมบัติที่หลากหลาย บรรจุภัณฑ์มีความน่าสนใจ สวยงาม และดึงดูดใจให้เกิดการซื้อ มีการรับประกันคุณภาพของสินค้าที่ระลึก และมีคำแนะนำการใช้อย่างละเอียด ซึ่งสอดคล้องกับ กฎกติกา สายธารรัตน์ชัย และสมบัติ กาญจนกิจ (Sainaratchai and Karnjanakit, 2011) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ส่วนประสมทางการตลาดของสินค้าและของที่ระลึกสำหรับนักท่องเที่ยวในกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความคิดเห็นเกี่ยวกับส่วนประสมทางการตลาดของสินค้าและของที่ระลึกสำหรับนักท่องเที่ยว ด้านผลิตภัณฑ์

อยู่ในระดับมาก ได้แก่ สินค้าและของที่ระลึกมีความหลากหลาย ลักษณะรูปแบบของสินค้าและของที่ระลึกมีความน่าสนใจ/สวยงาม และดึงดูดใจให้ซื้อ ขนาดของสินค้าและของที่ระลึกมีความเหมาะสม และเคลื่อนย้ายได้สะดวก สินค้าและของที่ระลึกมีคุณภาพ/มีคุณประโยชน์ และมีคุณสมบัติที่หลากหลาย และการบรรจุภัณฑ์สินค้าและของที่ระลึกมีความน่าสนใจ/สวยงาม และดึงดูดใจให้ซื้อ และสอดคล้องกับวัชร ศรีตระกูล (Sritakul, 2009) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจซื้อสินค้าของที่ระลึกของตัวแทนจำหน่ายของบริษัทเปลือกไม้เดคคอร์ จำกัด ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยส่วนประสมทางการตลาดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมซื้อสินค้านั้นปัจจัยด้านผลิตภัณฑ์มีค่าเฉลี่ยในระดับมาก รองลงมาคือ ช่องทางการจัดจำหน่าย ปัจจัยด้านราคาและปัจจัยด้านการส่งเสริมการตลาด ตามลำดับ

ด้านราคา พบว่าผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีกมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึก ด้านราคาอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ราคาสินค้าที่ระลึกมีความเหมาะสมกับคุณภาพของสินค้า ราคาสินค้าที่ระลึกค่อนข้างคงที่ไม่เปลี่ยนแปลงราคาบ่อยๆ สินค้าที่ระลึกประเภทเดียวกันมีหลากหลายราคาให้เลือกซื้อ มีการลดราคาเมื่อมีการชำระด้วยเงินสด (ตามจำนวนที่กำหนดไว้) และมีการรับบัตรเครดิตในการชำระเงิน ซึ่งสอดคล้องกับ จงใจ สิงห์รัชชัย (Singhroengchai, 2005) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยทางการตลาดที่มีความสำคัญต่อการซื้อสินค้าของที่ระลึกของลูกค้าเขตอำเภอเมืองจังหวัดบุรีรัมย์ ผลการวิจัยพบว่า สินค้าที่ซื้อส่วนใหญ่เป็นประเภทเพื่อการบริโภคเพื่อการใช้สอย วัตถุประสงค์ไล่ตามลำดับเหตุผลที่ตัดสินใจซื้อ คือ คุณภาพของสินค้า ชื่อเสียงของร้าน เพื่อนแนะนำเหตุผลที่ซื้อของที่ระลึก คือ ชื่อฝากญาติและเพื่อน รองลงมา คือ ญาติ เพื่อน คนรู้จักฝากซื้อ ปัญหาที่ลูกค้าพบในการซื้อของที่ระลึก

คือ สถานที่ตั้งไม่สะดวก ราคาของที่ระลึกแพง การบริการไม่ประทับใจ ส่วนปัจจัยด้านการตลาดพบว่า ด้านราคามีความสำคัญต่อการซื้อสินค้านี้ในระดับมาก

ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย พบว่าผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีกมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึก ด้านช่องทางการจัดจำหน่ายอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ท่าเลที่ตั้งของสถานที่จัดจำหน่ายมีความเหมาะสม สถานที่จัดจำหน่ายมีความน่าสนใจ และดึงดูดใจให้เกิดการซื้อ สถานที่จัดจำหน่ายมีหลายสถานที่พนักงานขายดูแลเอาใจใส่และให้บริการเป็นอย่างดี สถานที่จัดจำหน่ายสามารถเดินทางมาได้สะดวก สถานที่จัดจำหน่ายมีที่จอดรถเพียงพอ มีการจัดสินค้าเป็นหมวดหมู่ เลือกซื้อได้สะดวก และมีบริการจัดส่งสินค้าที่ระลึกที่มีคุณภาพ ซึ่งสอดคล้องกับ วนิดา แก้วเนตร (Kaewnate, 2002) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยในการเลือกซื้อสินค้าของที่ระลึกประเภทหัตถกรรมพื้นบ้านของนักท่องเที่ยวชาวไทยกรณีศึกษาบ้านถวาย อำเภอหางดงจังหวัดเชียงใหม่ ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยด้านผลิตภัณฑ์และปัจจัยด้านช่องทางการจัดจำหน่ายมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกอยู่ในระดับมาก

ด้านการส่งเสริมการตลาด ผู้ตอบแบบสอบถามมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีกด้านส่งเสริมการตลาดโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ได้แก่ มีการโฆษณาผ่านสื่อต่างๆ เช่น วิทยุ โทรทัศน์อินเทอร์เน็ต สื่อสิ่งพิมพ์ อื่นๆ การประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อต่างๆ มีความน่าสนใจ ดึงดูดใจ และทำให้จดจำสินค้าที่ระลึกได้ การโฆษณาผ่านสื่อต่างๆ มีความน่าสนใจ ดึงดูดใจ และทำให้จดจำสินค้าที่ระลึกได้ มีการปรับเปลี่ยน และรับคืนสินค้าที่ระลึก การส่งเสริมการขาย เช่น การลดราคา การแถมสินค้า และการสาธิตวิธีการใช้ดึงดูดใจให้เกิดการซื้อสินค้าที่ระลึก การขายโดยบุคคลหรือใช้พนักงานขายดึงดูดความสนใจ พนักงานขายขายเก่ง

และมีความรู้ในตัวสินค้าที่ระลึกลักษณะ การตลาดทางตรง เช่น ทางสื่อโทรทัศน์ วิทยุ อินเทอร์เน็ตและแคตตาล็อก ดึงดูดใจให้เกิดการซื้อ มีของแถมหลังการซื้อสินค้าที่ระลึก และมีการแจกรางวัลหรือการชิงโชค ซึ่งสอดคล้องกับ ญรรุณทิพย์ ทีมะสุข (Teekasuk, 2009) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการซื้อของฝาก ของนักท่องเที่ยวที่เข้ามาเที่ยวในจังหวัดอุบลราชธานี ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ เลือกซื้อของฝาก คือ ด้านการส่งเสริมการตลาด มีความ คิดเห็นต่ออิทธิพลในการตัดสินใจเลือกซื้อของฝาก อยู่ในระดับมาก

2. ผลการเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโดยชาวไทยพรีเมียร์ลีก จำแนกตามเพศ อายุ และรายได้ ส่วนตัวเฉลี่ยต่อเดือน

2.1 ผลการเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโดยชาวไทยพรีเมียร์ลีก ระหว่างเพศชายและเพศหญิง

จากการวิจัยพบว่า ผู้ชมฟุตบอลโดยชาวไทยพรีเมียร์ลีก มีความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึก ของผู้ชมฟุตบอลโดยชาวไทยพรีเมียร์ลีก ระหว่างเพศชาย และเพศหญิง โดยภาพรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ 0.05 ยกเว้น ด้านราคา แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยเพศชาย มีค่าเฉลี่ยความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้า ที่ระลึกมากกว่าเพศหญิงทุกด้าน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ เพศชายมีความมั่นใจในตนเอง มีความเชื่อเป็นของตนเอง มีการยืนยันความตั้งใจ และที่สำคัญคือ มีความเป็น นักกีฬามากกว่าเพศหญิง และอีกเหตุผลหนึ่ง ผู้วิจัย มีความเห็นว่า เพศชายมีความสนใจ ใส่ใจ และรู้สึก เข้าถึงกีฬาได้มากกว่าเพศหญิง โดยเฉพาะอย่างยิ่งกีฬา ฟุตบอล ส่งผลให้เพศชายให้ความสำคัญในรายละเอียด ข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกได้

อย่างละเอียด และตรงประเด็นมากกว่าเพศหญิง ซึ่งสอดคล้องกับ บาร์ซิลส์ วิลลิงส์ และวอทเทอร์ อังถึงใน ปริชา อรุณสวัสดิ์ (Berzins, Welling, and Wetter cited in Aroonsawas, 1988) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง องค์ประกอบของความเป็นเพศชาย (Masculinity) และความเป็นเพศหญิง (Femininity) ผลการวิจัยพบว่า ม้องค์ประกอบของลักษณะความเป็น เพศชาย คือ ความมั่นใจในตนเอง (Self-Reliant) ความเชื่อของตนเอง (Defends own Beliefs) การยืนยัน ความตั้งใจ (Willing to take a stand) และมีความ เป็นนักกีฬา (Athletic) และสอดคล้องกับ กิตติคุณ บุญเกตุ (Boonkate, 2013) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการซื้อผลิตภัณฑ์สโมสรฟุตบอล บุรีรัมย์ยูไนเต็ดของผู้บริโภคในจังหวัดบุรีรัมย์ ผลการวิจัย พบว่า ผู้ที่เป็นแฟนบอล และผู้ที่ซื้อผลิตภัณฑ์ส่วนใหญ่ เป็นเพศชาย เพราะเพศชายมีความสนใจกีฬามากกว่า เพศหญิง และในอนาคตเพศชายก็ยังมีโอกาสที่จะซื้อ ผลิตภัณฑ์มากกว่าเพศหญิง

2.2 ผลการเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโดยชาวไทยพรีเมียร์ลีก ระหว่างช่วงอายุ

จากการวิจัย พบว่า ผู้ชมฟุตบอลโดยชาวไทยพรีเมียร์ลีกมีความคิดเห็น เกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอล โดยชาวไทยพรีเมียร์ลีก ระหว่างช่วงอายุ โดยภาพรวม ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้งนี้อาจมีสาเหตุมาจากผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ มีช่วงอายุระหว่าง 20-35 ปี จึงอาจทำให้มีการตัดสินใจ ซื้อสินค้าที่ระลึกไปในทิศทางเดียวกัน และส่งผลให้ ความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึก ไม่แตกต่างกัน

2.3 ผลการเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโดยชาวไทยพรีเมียร์ลีก ระหว่างช่วงรายได้ส่วนตัวเฉลี่ยต่อเดือน

จากผลการวิจัยพบว่า ผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก มีความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก ระหว่างช่วงรายได้ส่วนตัวเฉลี่ยต่อเดือน โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ขัดแย้งกับแนวคิดของ ฉลองศรี พิมลสมพงษ์ (Pimolsompong, 2006) ที่กล่าวว่า รายได้เป็นตัวแปรที่สำคัญที่สุด ในการกำหนดอำนาจซื้อของผู้บริโภคทางการท่องเที่ยว ทั้งนี้ผู้วิจัยมีความเห็นว่า อาจมีสาเหตุมาจากการตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีรายได้ส่วนตัวเฉลี่ยต่อเดือนอยู่ในช่วง 10,000-20,000 บาท ดังนั้นผู้ตอบแบบสอบถามที่มีรายได้ต่างกัน จึงให้ความสำคัญกับปัจจัยทุกด้านไม่แตกต่างกัน

สรุปผลการวิจัย

1. ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ช่วงอายุ 20-35 ปี มีสถานภาพโสด ประกอบอาชีพรับจ้าง/พนักงานบริษัท มีรายได้ส่วนตัวเฉลี่ยต่อเดือน 10,000-20,000 บาท และมีการศึกษาระดับปริญญาตรี
2. พฤติกรรมการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก ส่วนใหญ่เคยซื้อสินค้าที่ระลึกมาแล้ว 3-5 ครั้ง ตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกในช่วงฤดูกาลแข่งขัน จำนวนเงินที่ซื้อสินค้าที่ระลึกในแต่ละครั้งคือ 100-1,000 บาท ซื้อสินค้ากับเพื่อน เป็นจำนวนมากที่สุด ซื้อเพื่อนำไปใช้อุปโภคเป็นจำนวนมากที่สุด ตัดสินใจซื้อเครื่องนุ่งห่ม และสิ่งทอ เช่น เสื้อ กางเกง หมวก ถุงมือ ผ้าพันคอ กระเป๋า ยาม ถุงผ้า ตุ๊กตา เป็นจำนวนมากที่สุด ได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับสินค้าที่ระลึกมาจากอินเทอร์เน็ต/เว็บไซต์ เป็นจำนวนมากที่สุด ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่จะกลับมาซื้อสินค้าที่ระลึกอีกครั้ง ตัดสินใจซื้อเพราะสินค้าแสดงเอกลักษณ์ความเป็นสโมสรนั้นๆ ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่จะแนะนำเพื่อนหรือญาติให้มาเลือกซื้อสินค้า

3. ความภักดีในตราสินค้าของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความเชื่อมั่นต่อสโมสรเพราะทีมงานผู้บริหารรวมทั้งทีมงานสตาฟโค้ช และนักฟุตบอลมีคุณภาพ ส่วนใหญ่รู้สึกว่สโมสรจะเข้าไปอยู่ในกลางใจของท่านเพราะเป็นสโมสรที่สร้างความประทับใจ และอยู่ในความทรงจำของท่านสาเหตุที่ทำให้ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ตัดสินใจซื้ออย่างต่อเนื่องคือการเข้าถึงสโมสรเพราะสโมสรตั้งอยู่ในท้องถิ่นที่ท่านอาศัยอยู่ ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่คิดว่าในอนาคตจะตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของสโมสรอย่างแน่นอน

4. ความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก จากผลการวิจัยพบว่า ผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก มีความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกโดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก

5. การเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก ระหว่างเพศชายและเพศหญิง โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน

6. การเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก ระหว่างช่วงอายุ โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน

7. การเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึกของผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีก ระหว่างช่วงรายได้ส่วนตัวเฉลี่ยต่อเดือน โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. ผู้ชมฟุตบอลโตโยต้าไทยพรีเมียร์ลีกมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการตัดสินใจซื้อสินค้าที่ระลึก ด้านผลิตภัณฑ์อยู่ระดับมาก สูงกว่าทุกๆด้าน ดังนั้น ทางสโมสรควร

มุ่งเน้นการพัฒนาผลิตภัณฑ์ให้ตรงตามความต้องการของลูกค้า ซึ่งในการวิจัยนี้สำรวจแล้วพบว่า สินค้าของที่ระลึกประเภทเครื่องนุ่งห่มและสิ่งทอมีความนิยมมากที่สุด ราคาที่เหมาะสมอยู่ในช่วง 100-1,000 บาท สินค้าต้องแสดงเอกลักษณ์ความเป็นสโมสรนั้นๆ และมีการประชาสัมพันธ์ข้อมูลข่าวสารจากอินเทอร์เน็ตจะสามารถตอบสนองความต้องการของลูกค้าได้

2. บริษัท ไทยพรีเมียร์ลีก จำกัด ควรมีการตรวจสอบ และกำหนดมาตรฐานเกี่ยวกับสินค้าที่ระลึกในด้านต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ด้านผลิตภัณฑ์และด้านราคา เพื่อไม่ให้เกิดการเอาเปรียบแก่ผู้ชมฟุตบอลมากจนเกินไป รวมทั้งควรส่งเสริมการพัฒนาสินค้าที่ระลึกให้มีคุณภาพเหมาะสมกับราคา มีความคุ้มค่ากับการใช้งาน เพื่อดึงดูดผู้ชมฟุตบอลให้เข้ามาเลือกซื้อมากยิ่งขึ้น

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยนี้ได้รับการสนับสนุนทุนวิจัยจาก “ทุนสนับสนุนวิทยานิพนธ์” คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เอกสารอ้างอิง

- Aroonsawas, P. (1988). **A Construction of Masculinity and Femininity Personality Test for Pratomsuksa 6 Students**. M.Ed. Srinakharinwirot University.
- Boonkate, K. (2013). **Factors Influencing Decisions to Purchase Buriram United Football Club Products of consumers in Buriram Province**. Master Degree of Science (Applied Statistics), Bangkok: National Institute of Development Administration.
- Department of Physical Education. (2012). **Football Referee Guide**. Bangkok: Affairs Office Printing Public of the War Veterans Organization of Thailand Under Royal Patronage of His Majesty the King
- Kaewnate, W. (2002). **Factors Affecting Decision Making of Thai Tourists in Buying Handicraft Souvenirs: A Case Study of Baan Thawai, Hang Dong District, Chaing Mai Province**. Master Degree of Arts, Chiang Mai University.
- Pimolsompong, C. (2006). **Planning and Development of Tourism Marketing**. 5th ed. Bangkok: Kasetsart University Publishers.
- Sainaratchai, K. and Karnjanakit, S. (2011). Marketing mix of product and souvenir for tourists in Bangkok Metropolis. **Journal of Sports Science and Health**. 13(2), 149-165
- Sereerat, S. et al. (2003). **Management of new marketing**. Bangkok: Diamond in Business World
- Singhroengchai, J. (2005). **Marketing factors influencing to purchase a souvenir of consumer in Muang District of Buriram province**. Mahasarakham University.
- Sritakul, V. (2009). **Factors Affecting the Purchasing Decision of Plauk Mai Decor Company Limited Dealers Towards Gift Products**. Master Degree of Business Administration, Chiang Mai University.

- Teekasuk, N. (2009). **Factors Affecting Decision to Purchase Souvenirs of Tourists in Ubon Ratchathani Province**. Master Degree of Business Administration (Management). Ubonratchathani Rajabhat University.
- Thai Premier League Co.,Ltd. (2014). **Statistics of season**. Retrieved November 10, 2014, From Thai Premier League Website: <http://www.thaipremierleague.co.th>
- Wikipedia. (2014). **Thai Premier League**. Retrieved May 2, 2014, From Wikipedia Website: [http://th.wikipedia.org/wiki/Thai Premier League](http://th.wikipedia.org/wiki/Thai_Premier_League)
- Yamane, T. (1972). **Statistics; An Introductory Analysis** (2th Ed.), Tokyo: Aoyama Gakuin University.

ผลของโปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตนร่วมกับโปรแกรมการออกกำลังกายที่มีต่อสุขสมรรถนะในวัยรุ่นที่มีภาวะน้ำหนักเกิน

ทวิษ พรหมพิทักษ์กุล และวิจิต คณิงสุขเกษม

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตนร่วมกับโปรแกรมการออกกำลังกายที่มีต่อสุขสมรรถนะในวัยรุ่นที่มีภาวะน้ำหนักเกิน

วิธีการดำเนินการวิจัย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชายและหญิงที่มีภาวะน้ำหนักเกินจากโรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัยและโรงเรียนศรีอยุธยาในพระอุปถัมภ์ฯ อายุระหว่าง 14-15 ปี ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 55 คน โดยแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตนร่วมกับโปรแกรมการออกกำลังกาย และกลุ่มควบคุมได้รับโปรแกรมการออกกำลังกายเพียงอย่างเดียว โดยทั้ง 2 กลุ่มทำการฝึกตามโปรแกรม เป็นระยะเวลา 10 สัปดาห์ๆ ละ 3 วัน ผู้วิจัยทำการวัดระดับการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกาย และทำการทดสอบสุขสมรรถนะ 5 รายการ ได้แก่ ค่าดัชนีมวลกาย นั่งงอตัว นอนยกตัว ดันพื้นและเดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง 10 สัปดาห์ นำผลที่ได้มาวิเคราะห์ค่าทางสถิติ โดยหาค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของข้อมูลภายในกลุ่มโดยใช้สถิติทีแบบรายคู่ และวิเคราะห์ความแตกต่างของข้อมูลระหว่างกลุ่มโดยใช้สถิติทีแบบอิสระ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

ผลการวิจัย

1. หลังการทดลอง 10 สัปดาห์ ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกาย นั่งงอตัว นอนยกตัว ดันพื้นและเดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร พัฒนามากกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนค่าเฉลี่ยของดัชนีมวลกาย ไม่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. เมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่ม พบว่า กลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกาย ค่าดัชนีมวลกาย นั่งงอตัว นอนยกตัว ดันพื้นและเดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปผลการวิจัย การได้รับโปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตนร่วมกับโปรแกรมการออกกำลังกายและการได้รับโปรแกรมการออกกำลังกายเพียงอย่างเดียวมีประสิทธิภาพในการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกายและสุขสมรรถนะไม่แตกต่างกัน

คำสำคัญ: โปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกาย / โปรแกรมการออกกำลังกาย / วัยรุ่น / สุขสมรรถนะ

AN EFFECT OF SELF-EFFICACY PROGRAM AND EXERCISE PROGRAM ON HEALTH - RELATED FITNESS IN OVERWEIGHT ADOLESCENT

Thawit Promptukkul and Vijit Kanungsukkasem

Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University

Abstract

Purpose To study an effect of self-efficacy program and exercise program for health-related fitness in overweight adolescent.

Methods The subjects were fifty-five male and female overweight students from Santiratwitthayalai School and Sriyudhya School, aged between 14-15 years. They were divided into 2 groups: the experimental group and the control group by using purposive sampling method. The experiment group from Santiratwitthayalai School participated in self-efficacy program together with exercise program while the control group from Sriyudhya School participated in exercise program only. The training program was 10 weeks and 3 days per week. Both groups were pretested and posttested for self-efficacy program in exercise and health-related fitness included body mass index, sit and reach test, abdominal curls, pushups and walk/run 1.6 km. The results were analyzed by using paired t-test and independent t-test within group and between groups, respectively. The significant level was

set at .05 level.

Results The results were as follow:

1. After 10 weeks, there were significant higher average score of self-efficacy program in exercise and health related-fitness (sit and reach test, abdominal curls, pushups and walk/run 1.6 km) in the experimental group and the control group at the .05 level.

2. After 10 weeks, there were no significant differences of average score of self-efficacy program in exercise and health related-fitness (body mass index, sit and reach test, abdominal curls, pushups and walk/run 1.6 km) between the experimental group and the control group at the .05 level.

Conclusion It was concluded that self-efficacy program together with exercise program was not significantly different from exercise program only in promoting self-efficacy program in exercise.

Key Words: Self-efficacy program / Exercise program / Health-related fitness / Adolescent

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ภาวะน้ำหนักเกินและโรคอ้วนเป็นปัญหาทางสุขภาพที่สำคัญ เนื่องจากภาวะน้ำหนักเกินและโรคอ้วนก่อให้เกิดผลกระทบมากมายทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม เศรษฐกิจ และยังเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคที่ไม่ติดต่อเรื้อรัง ได้แก่ โรคเบาหวาน โรคหัวใจขาดเลือด โรคหลอดเลือดสมอง เป็นต้น ซึ่งหลายประเทศทั่วโลกกำลังเผชิญอยู่ในขณะนี้ โดยภาวะน้ำหนักเกินและโรคอ้วนสามารถเกิดขึ้นได้กับทุกเพศทุกวัย รวมทั้งในวัยเด็กและวัยรุ่น (Tungtrongchitr, 2007)

ปัญหาภาวะน้ำหนักเกินและโรคอ้วนในเด็กและเยาวชนในประเทศไทยมีการขยายตัวอย่างมาก เนื่องจากมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม เช่น มีสิ่งอำนวยความสะดวกในการใช้ชีวิตประจำวันมากมาย การขึ้นลิฟท์แทนการขึ้นบันได ใช้เวลาว่างนั่งดูโทรทัศน์ เล่นอินเทอร์เน็ต และการบริโภคที่มากเกินไปความต้องการของร่างกายและไม่มีคุณค่า ส่งผลให้เด็กไทยเป็นโรคอ้วนเป็นอันดับ 2 ของเอเชีย (Dahlan, 2008) จากสถิติของกระทรวงสาธารณสุข พบว่า ในปี พ.ศ. 2551 เด็กไทยอายุ 2-18 ปี จำนวน 17.6 ล้านคน เป็นโรคอ้วนร้อยละ 8 กลุ่มวัยรุ่นอายุ 13-18 ปี เป็นวัยที่เป็นโรคอ้วนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 9 ซึ่งเกิดจากพฤติกรรม การขาดการออกกำลังกาย ขอบนั่งดูทีวี หรือเล่นเกม คอมพิวเตอร์ทั้งวัน และยังมีบริโภคอาหารประเภทขนมกรุบกรอบ น้ำหวาน อาหารสำเร็จรูปเกินจำเป็น (Yaowapongsiri, 2008)

ผลกระทบของเด็กที่มีภาวะน้ำหนักเกินหรือเป็นโรคอ้วนทำให้เกิดปัญหาต่างๆ ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ โดยพบว่าเด็กอ้วน มักมีปัญหาเกี่ยวกับกระดูกและข้อ ระบบหัวใจและหลอดเลือด การหายใจและการไหลเวียนของโลหิต โรคนี้ในถุงน้ำดี โรคเบาหวาน ฯลฯ ดังนั้น เมื่อเด็กเหล่านี้โตขึ้น ก็จะเป็นผู้ใหญ่ที่มี

โรคเรื้อรังเป็นภาระในการดูแลรักษาทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และประเทศชาติ จากผลการศึกษาวิจัยที่ติดตามเด็กอ้วนในระยะยาว พบว่าหนึ่งในสามของเด็กที่อ้วนในวัยก่อนเรียนและครึ่งหนึ่งของเด็กอ้วนในวัยเรียนจะยังคงอ้วนเมื่อเป็นผู้ใหญ่ โดยเฉพาะวัยรุ่นที่อ้วนโอกาสที่จะเป็นผู้ใหญ่อ้วนยิ่งสูงมาก (Mo-suwan, 2004) ซึ่งการแก้ปัญหาด้วยการให้เด็กอดอาหารเป็นสิ่งที่ไม่เหมาะสมเพราะจะไปยับยั้งการเจริญเติบโตของเด็ก นอกจากการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ถูกต้องตามหลักโภชนาการแล้ว การเคลื่อนไหวร่างกายก็เป็นสิ่งจำเป็นในการเพิ่มการใช้พลังงานของร่างกายและเพิ่มการเผาผลาญไขมันส่วนเกิน จึงนับได้ว่าการออกกำลังกายเป็นการลดน้ำหนักที่ถูกต้องตามหลักและยังช่วยสร้างพฤติกรรมสุขภาพที่ดีให้กับเด็กเพื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีในอนาคต

เด็กที่มีภาวะน้ำหนักเกินหรือเป็นโรคอ้วนมักจะมีกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกายน้อย เนื่องจากขาดแรงจูงใจ ไม่มีคนดูแลในขณะที่ออกกำลังกาย ไม่มีสถานที่ออกกำลังกายที่เหมาะสม ไม่ได้รับคำแนะนำที่ถูกต้อง และไม่มีอุปกรณ์ออกกำลังกายที่เหมาะสม ปัจจัยเหล่านี้เป็นปัจจัยที่ทำให้เด็กในปัจจุบันมีการออกกำลังกายในระดับต่ำ (Nettle and Sprogis, 2011) หากวัยรุ่นเหล่านี้ยังคงมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสมจะทำให้มีแนวโน้มของการเกิดภาวะน้ำหนักเกินและโรคอ้วนเพิ่มขึ้น

จากที่กล่าวมาพบว่าวัยรุ่นมีการออกกำลังกายน้อยมาก ดังนั้นผู้วิจัยจึงเลือกส่งเสริมพฤติกรรม การออกกำลังกายในวัยรุ่น ด้วยการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถแห่งตน ซึ่งแบนดูรา (Bandura, 1977) เชื่อว่าการรับรู้ความสามารถแห่งตนมีผลต่อพฤติกรรมของบุคคล กล่าวคือ เมื่อบุคคลมีการรับรู้ความสามารถของตนเองในการกระทำพฤติกรรมใดแล้ว จะส่งผลให้บุคคลนั้นมีการกระทำหรือปฏิบัติพฤติกรรมนั้น ดังนั้น

การรับรู้ความสามารถแห่งตนจึงมีผลต่อบุคคลในการปฏิบัติพฤติกรรม ดังนั้นผู้วิจัยจึงนำทฤษฎีการรับรู้ความสามารถแห่งตนมาประยุกต์ใช้ในการจัดโปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตนร่วมกับการออกกำลังกายที่มีความหลากหลาย ทั้งใช้อุปกรณ์และไม่ใช้อุปกรณ์ เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน ไม่น่าเบื่อ และสามารถนำไปออกกำลังกายเองได้และสามารถปฏิบัติได้ทุกที่ทุกเวลา เพื่อส่งเสริมให้มีการรับรู้ความสามารถแห่งตนมากขึ้น ซึ่งจะทำให้เกิดพฤติกรรมการออกกำลังกายส่งผลให้มีสุขสมรรถนะที่ดี

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตนร่วมกับการออกกำลังกายที่มีต่อสุขสมรรถนะในวัยรุ่นที่มีภาวะน้ำหนักเกิน

สมมุติฐานของการวิจัย

1. การรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกายและสุขสมรรถนะของกลุ่มทดลอง หลังได้รับโปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตนร่วมกับการออกกำลังกาย แตกต่างจากก่อนได้รับโปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตนร่วมกับการออกกำลังกาย

2. การรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกายและสุขสมรรถนะของกลุ่มทดลอง หลังได้รับโปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตนร่วมกับการออกกำลังกายของกลุ่มทดลองแตกต่างจากกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตน

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research design) เพื่อศึกษาผลของ

โปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตนร่วมกับโปรแกรมออกกำลังกายที่มีต่อสุขสมรรถนะของวัยรุ่นที่มีภาวะน้ำหนักเกิน และได้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมโดยคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อวันที่ 28 เมษายน พ.ศ.2557

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชายและหญิงที่มีภาวะน้ำหนักเกิน จากโรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัยและโรงเรียนศรีอยุธยา ในพระอุปถัมภ์ฯ อายุระหว่าง 14-15 ปี ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2557 ที่มีความสมัครใจที่จะเข้าร่วมการวิจัย โดยวิธีเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) และกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยการคำนวณค่าอำนาจในการทดสอบของโคเฮน (Cohen, 1969) ในการทำวิจัยมีจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม โดยค่าอำนาจการทำนาย (Power analysis) ที่ .80 ระดับนัยสำคัญทางสถิติ (Significant level) ที่ .05 และขนาดของความสัมพันธ์ของตัวแปรที่ต้องการศึกษา (Effect size) เท่ากับ .40 จากการเปิดตาราง จะได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่างอย่างน้อยกลุ่มละ 26 คน แต่เพื่อป้องกันการสูญหายของกลุ่มตัวอย่างระหว่างการทดลอง ผู้วิจัยจึงเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มละ 30 คน รวมกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 60 คน แต่หลังการทดลอง 10 สัปดาห์ มีการสูญหายของกลุ่มตัวอย่าง 5 คน เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมการทดลองน้อยกว่า 80 เปอร์เซ็นต์ หรือน้อยกว่า 24 ครั้ง ทำให้กลุ่มทดลองมีกลุ่มตัวอย่าง 27 คน และกลุ่มควบคุม 28 คน

เกณฑ์การคัดเลือกผู้เข้าร่วมวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างเป็นอาสาสมัครที่มีอายุระหว่าง 14-15 ปี กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ทั้งเพศชายและหญิง

2. กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 14 ปี จะต้องมียุทธศาสตร์มวลกาย (Body mass index) ตั้งแต่ 22.64 กก./ตร.ม. ขึ้นไปในเพศชาย และตั้งแต่ 23.11 กก./ตร.ม. ขึ้นไปในเพศหญิง ส่วนอายุ 15 ปี ต้องมียุทธศาสตร์มวลกาย ตั้งแต่ 21.81 กก./ตร.ม. ขึ้นไปในเพศชาย และตั้งแต่ 21.68 กก./ตร.ม. ขึ้นไปในเพศหญิง

3. กลุ่มตัวอย่างมีสุขภาพแข็งแรง โดยการประเมินจากแบบสอบถามสุขภาพทั่วไป

4. กลุ่มตัวอย่างมีความพร้อมที่จะออกกำลังกาย โดยประเมินแบบประเมินความพร้อมก่อนการออกกำลังกาย

เกณฑ์การคัดเลือกผู้เข้าร่วมวิจัยจากการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมการทดลองที่ผู้วิจัยจัดขึ้นน้อยกว่า 80 เปอร์เซ็นต์ หรือน้อยกว่า 24 ครั้ง

2. กลุ่มตัวอย่างไม่สามารถเข้าร่วมการทดลองได้เนื่องจากเกิดอุบัติเหตุหรือมีอาการเจ็บป่วยในช่วงการทดลอง หรือกลุ่มตัวอย่างไม่สมัครใจเข้าร่วมการทดลองต่อ

การดำเนินการทดลอง

1. ผู้วิจัยสร้างโปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกายโดยใช้ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถแห่งตนของแบนดูรา (Bandura, 1977) แล้วให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) จำนวน 5 ท่าน เพื่อนำมาวิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ (Item Objective Congruence; IOC) ได้ค่าเท่ากับ 0.92

2. หลังจากผ่านการพิจารณาจริยธรรม โดยคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ผู้วิจัยได้มีการประชาสัมพันธ์ติดประกาศรับสมัครกลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมงานวิจัยภายในโรงเรียนสันติราษฎร์

วิทยาลัยและโรงเรียนศรีอยุธยา ในพระอุปถัมภ์ฯ ที่มีอายุระหว่าง 14-15 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

3. ทำการติดต่อและคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนด และหากมีนักเรียนเข้าเกณฑ์มากกว่าจำนวนที่ต้องการ ผู้วิจัยจะให้สิทธิ์กับเด็กที่อาสาสมัครก่อนมีสิทธิ์ก่อน

4. ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างเพื่อแนะนำตัวและสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งแจ้งวัตถุประสงค์อธิบายรายละเอียด วิธีการดำเนินงานวิจัย ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัยเพื่อขอความร่วมมือในการวิจัยและชี้แจงให้ทราบว่าข้อมูลที่รวบรวมได้จะไม่เปิดเผยแก่ผู้ใดทั้งสิ้น โดยส่งใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยผ่านนักเรียนให้ผู้ปกครอง หากผู้ปกครองยินยอมให้บุตรเข้าร่วมการวิจัยให้เซ็นใบยินยอมพร้อมกันทั้งผู้ปกครองและนักเรียน

5. ให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามประวัติสุขภาพทั่วไป และให้ทำแบบประเมินความพร้อมก่อนออกกำลังกาย

6. การทดลองในโรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย ซึ่งเป็นกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตนร่วมกับโปรแกรมออกกำลังกาย ฟิกในวันอังคาร เวลา 15.10-16.00 น. วันพฤหัสบดี เวลา 14.10-15.10 น. วันศุกร์ เวลา 15.10-15.40 น. ส่วนการทดลองในโรงเรียนศรีอยุธยา ในพระอุปถัมภ์ฯ ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีโปรแกรมการออกกำลังกายเพียงอย่างเดียว ฟิกในวันจันทร์ เวลา 15.10-15.40 น. วันพฤหัสบดี เวลา 15.10-15.40 น. วันศุกร์ เวลา 14.10-14.30 น. เป็นระยะเวลา 10 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทุกครั้ง

7. ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกาย และทดสอบสุขสมรรถนะ ก่อนการทดลอง (Pre-test) ใช้เวลาประมาณ 30 นาที

7.1 การดำเนินการในกลุ่มทดลอง ดังนี้

กลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตนร่วมกับโปรแกรมออกกำลังกายเป็นระยะเวลา 10 สัปดาห์ โดยในสัปดาห์ที่ 1 และสัปดาห์ที่ 2 จะเป็นการออกกำลังกายด้วยการเดินสลับวิ่ง ในสัปดาห์ที่ 3, 4, 5 และ 6 จะเป็นการออกกำลังกายแบบต่อเนื่องโดยใช้ยางยืด และในสัปดาห์ที่ 7, 8, 9, และ 10 จะเป็นการออกกำลังกายแบบต่อเนื่องโดยใช้น้ำหนักตัว และจะมีการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถแห่งตนในแต่ละสัปดาห์ โดยผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างได้ฝึกปฏิบัติการออกกำลังกาย 3 ครั้งต่อสัปดาห์ คือ วันอังคาร พุธ ศุกร์ ใช้เวลาครั้งละ 30 นาที การให้กลุ่มตัวอย่างได้ชมวิดีโอ การสลับกันออกมา นำการอบอุ่นร่างกายก่อนและการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ และผู้วิจัยจะใช้คำพูดชักจูงโดยให้ความรู้ในด้านต่างๆ กับกลุ่มตัวอย่าง เช่น ให้ความรู้เรื่องของ การขาดการออกกำลังกาย เรื่องสุขสมรรถนะ เรื่อง การออกกำลังกายในด้านต่างๆ เป็นต้น และยังมีการพูดให้กำลังใจในขณะที่ออกกำลังกาย นอกจากนี้ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบสอบถามประวัติดูสุขภาพทั่วไป ทำแบบประเมินความพร้อมก่อนออกกำลังกาย และผู้วิจัยมีการใช้สถานที่ที่เหมาะสมในการออกกำลังกาย รวมทั้งจัดกระบวนการเรียนรู้เป็นกลุ่มในการฝึก การออกกำลังกาย ด้วยบรรยากาศที่ผ่อนคลาย ไม่เกิดความเครียด เพื่อให้สภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่างมีความพร้อมที่จะออกกำลังกาย และในสัปดาห์ที่ 10 (วันศุกร์) ให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกาย และทดสอบสุขสมรรถนะ หลังการทดลอง (Post-test) ใช้เวลาประมาณ 30 นาที ในโรงเรียน สันติราษฎร์วิทยาลัย

7.2 การดำเนินการในกลุ่มควบคุม ดังนี้

กลุ่มควบคุมจะได้รับโปรแกรมการออก

กำลังกาย แต่จะไม่ได้รับโปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตน โดยการออกกำลังกายนั้น ผู้วิจัยจะเป็นผู้สาธิต การออกกำลังกายร่วมกับให้กลุ่มตัวอย่างฝึกปฏิบัติ พร้อมกัน ในสัปดาห์ที่ 1 และ สัปดาห์ที่ 2 จะเป็นการออกกำลังกายด้วยการเดินสลับวิ่ง ในสัปดาห์ที่ 3, 4, 5 และ 6 จะเป็นการออกกำลังกายแบบต่อเนื่องโดยใช้ยางยืด และในสัปดาห์ที่ 7, 8, 9, และ 10 จะเป็นการออกกำลังกายแบบต่อเนื่องโดยใช้น้ำหนักตัว ซึ่งในแต่ละสัปดาห์จะนัดกลุ่มตัวอย่าง 3 ครั้ง คือ วันจันทร์ พุธ ศุกร์ ใช้เวลาครั้งละ 30 นาที และในสัปดาห์ที่ 10 (วันศุกร์) ให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกาย และทดสอบสุขสมรรถนะ หลังการทดลอง (Post-test) ใช้เวลาประมาณ 30 นาที ในโรงเรียน ศรีอยุธยา ในพระอุปถัมภ์ฯ

การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป เพื่อหาค่าสถิติดังนี้

1. วิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) ของข้อมูลพื้นฐาน ก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
2. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลอง 10 สัปดาห์ โดยใช้สถิติแบบรายคู่ (Paired t-test)
3. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติแบบอิสระ (Independent t-test)

ผลการวิจัย

1. หลังการทดลอง 10 สัปดาห์ ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกายและสุขสมรรถนะในด้าน

นั่งอตัว นอนยกตัว ดันพื้นและเดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร ที่ระดับ .05 ส่วนค่าเฉลี่ยของดัชนีมวลกาย ไม่แตกต่าง
แตกต่างกับก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

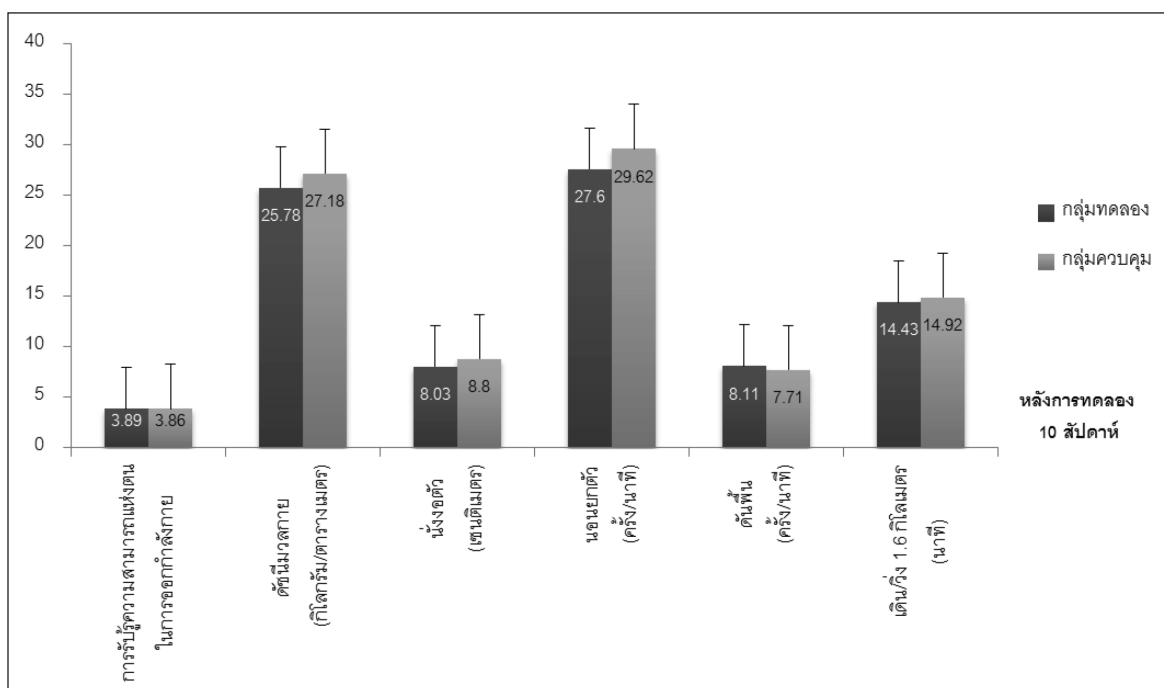
ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกายและผล
การทดสอบสุขสมรรถนะ ระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลอง 10 สัปดาห์ ของกลุ่มทดลอง
และกลุ่มควบคุม

รายการ	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง 10 สัปดาห์		t	p-value
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
การรับรู้ความสามารถแห่งตนใน						
การออกกำลังกาย						
กลุ่มทดลอง (n = 27)	2.01	0.45	3.89	0.11	-18.918	.000*
กลุ่มควบคุม (n = 28)	2.11	0.35	3.86	0.14	-22.715	.000*
ค่าดัชนีมวลกาย (กิโลกรัม/ตารางเมตร)						
กลุ่มทดลอง (n = 27)	25.93	3.46	25.78	3.30	1.664	.108
กลุ่มควบคุม (n = 28)	27.81	5.57	27.18	5.02	1.574	.127
นั่งอตัว (เซนติเมตร)						
กลุ่มทดลอง (n = 27)	3.72	9.39	8.03	7.55	-6.003	.000*
กลุ่มควบคุม (n = 28)	5.35	6.42	8.80	5.64	-8.042	.000*
นอนยกตัว (ครั้ง/นาที)						
กลุ่มทดลอง (n = 27)	21.82	3.86	27.60	2.98	-12.873	.000*
กลุ่มควบคุม (n = 28)	23.81	4.63	29.62	4.63	-11.955	.000*
ดันพื้น (ครั้ง/นาที)						
กลุ่มทดลอง (n = 27)	4.40	2.66	8.11	3.59	-14.219	.000*
กลุ่มควบคุม (n = 28)	3.57	3.36	7.71	4.34	-12.623	.000*
เดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร (นาที)						
กลุ่มทดลอง (n = 27)	16.21	1.75	14.43	1.27	9.973	.000*
กลุ่มควบคุม (n = 28)	16.54	1.69	14.92	1.30	10.208	.000*

*p < .05 แตกต่างกับก่อนการทดลอง

2. เมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่ม พบว่า กลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถแห่งตน ในการออกกำลังกาย และสุขสมรรถนะในด้าน ค่าดัชนี

มวลกาย นิ่งอตัว นอนยกตัว ดันพื้นและเดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05



รูปที่ 1 แผนภูมิการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกายและผลการทดสอบ สุขสมรรถนะ หลังการทดลอง 10 สัปดาห์ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

อภิปรายผลการวิจัย

1. กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ย การรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกาย หลังการทดลอง 10 สัปดาห์ แตกต่างกับก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.1 กลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการรับรู้ ความสามารถแห่งตนร่วมกับโปรแกรมออกกำลังกาย มีระดับการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกาย สูงกว่าก่อนการทดลอง เนื่องจากผู้วิจัยได้ทำการส่งเสริม กับรับรู้ความสามารถแห่งตน (Bandura, 1977) ประกอบด้วย ประสบการณ์ที่สำเร็จด้วยตนเอง การได้

เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์ของผู้อื่น การใช้คำพูด ชักจูง และสภาวะด้านร่างกายและอารมณ์

1.1.1 ประสบการณ์ที่สำเร็จด้วยตนเอง ผู้วิจัยได้ให้กลุ่มตัวอย่างได้ฝึกปฏิบัติการออกกำลังกาย ในรูปแบบต่างๆ ซึ่งจะมีความหลากหลายและสนุกสนาน ประกอบการเดินสลับวิ่ง การออกกำลังกายแบบต่อเนื่อง โดยใช้ยางยืด และการออกกำลังกายแบบต่อเนื่องโดยใช้ น้ำหนักตัว นอกจากนั้นก่อนและหลังการออกกำลังกาย ยังมีการอบอุ่นร่างกายก่อนและการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ทำให้กลุ่มตัวอย่างได้ประสบการณ์ที่สำเร็จด้วยตนเอง ซึ่ง แบนดูรา (Bandura, 1977) กล่าวว่า ประสบการณ์

ที่สำเร็จด้วยตนเอง มีอิทธิพลและมีประสิทธิภาพมากที่สุดในการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถแห่งตน เนื่องจาก เป็นประสบการณ์ที่บุคคลประสบความสำเร็จ ในการกระทำพฤติกรรมด้วยตนเองโดยตรง การที่บุคคลประสบความสำเร็จในการกระทำพฤติกรรมด้วยตนเอง หลายๆ ครั้ง ก็จะส่งผลให้บุคคลรับรู้ความสามารถแห่งตนมากขึ้น สอดคล้องกับ ธนาภา ฤทธิวงษ์ และ ศิริพันธุ์ สารัตถ์ (Rittiwong and Sasat, 2010) กล่าวว่า ประสบการณ์ของความสำเร็จจากการลงมือกระทำ มีอิทธิพลมากที่สุดในการสร้างการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ส่งผลทำให้เกิดความมั่นใจและความพยายามในการปฏิบัติกิจกรรม

1.1.2 การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์ของผู้อื่น ผู้วิจัยได้ให้กลุ่มตัวอย่างชมวีดิทัศน์ ซึ่งวีดิทัศน์เรื่องนี้จะมีวัยรุ่นที่มีการออกกำลังกายเป็นประจำ และมีสุขภาพที่ดีมาเป็นผู้นำเสนอ นอกจากนี้ผู้วิจัยได้ให้กลุ่มตัวอย่างสลับกันออกมานำการอบอุ่นร่างกายก่อน และการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ซึ่งจะเป็นการได้เห็นประสบการณ์จากผู้อื่นที่มีความคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จะทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดการเรียนรู้ จดจำ และเลียนแบบทำตาม เกิดความคล้อยตามและเกิดความมั่นใจในความสามารถ ว่าตนเองก็สามารถออกกำลังกายได้ สอดคล้องกับ แบนดูรา (Bandura, 1977) กล่าวว่า การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์ของผู้อื่น เป็นการได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์ของบุคคลอื่นที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับตน กระทำพฤติกรรมใดๆ แล้วประสบความสำเร็จ จะทำให้บุคคลรับรู้ว่าคุณมีความสามารถที่จะกระทำพฤติกรรม และเกิดความพยายามที่จะกระทำพฤติกรรมนั้น เนื่องจากบุคคลมีการเปรียบเทียบการรับรู้ความสามารถแห่งตนเปรียบเทียบกับความสำเร็จในการกระทำพฤติกรรมของบุคคลอื่น

1.1.3 การใช้คำพูดชักจูง ผู้วิจัยได้ใช้คำพูดชักจูงโดยการให้ความรู้ในด้านต่างๆ กับกลุ่มตัวอย่าง

เช่น ให้ความรู้เรื่องโทษของการขาดการออกกำลังกาย เรื่องสุขสมรรถนะ เรื่องการออกกำลังกายในด้านต่างๆ เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีการพูดให้กำลังใจในขณะออกกำลังกาย ซึ่งการใช้คำพูดชักจูงเหล่านี้ จะทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดความมั่นใจในความสามารถ ว่าตนเองก็สามารถออกกำลังกายได้ สอดคล้องกับ สันธยา สีละมาต (Srilamatr, 2014) กล่าวว่า คำพูดของผู้อื่นที่ก่อให้เกิดความเชื่อมั่น สามารถเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเองได้

1.1.4 สภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบสอบถามประวัติสุขภาพทั่วไป และให้ทำแบบประเมินความพร้อมก่อนออกกำลังกาย นอกจากนี้ผู้วิจัยใช้สถานที่ที่เหมาะสมในการออกกำลังกาย รวมทั้งจัดกระบวนการเรียนรู้เป็นกลุ่มในการฝึกการออกกำลังกาย ด้วยบรรยากาศที่ผ่อนคลาย ไม่เกิดความเครียด เพื่อให้สภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่างมีความพร้อมที่จะออกกำลังกาย ทำให้เกิดความมั่นใจในการออกกำลังกาย สอดคล้องกับ แบนดูรา (Bandura, 1977) กล่าวว่า สภาวะด้านร่างกาย อารมณ์มีอิทธิพลต่อการรับรู้ความสามารถแห่งตน การที่บุคคลมีสภาวะร่างกายที่แข็งแรง มีความรู้สึกสุขสบายทางร่างกาย เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้บุคคลรู้สึกเชื่อมั่นในความสามารถแห่งตนที่จะสามารถจะจัดการกับสถานการณ์ต่างๆ ได้ สภาวะทางอารมณ์ทางบวก เช่น การรู้สึกความพึงพอใจความรู้สึกมีความสุข ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง จะทำให้การรับรู้ความสามารถแห่งตนเพิ่มขึ้น

1.2 กลุ่มควบคุมที่มีการออกกำลังกายเพียงอย่างเดียวมีระดับการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกายสูงกว่าก่อนการทดลอง เนื่องจากกลุ่มควบคุมได้มีการฝึกปฏิบัติการออกกำลังกายในรูปแบบต่างๆ เหมือนกับกลุ่มทดลอง ประกอบด้วย การเดิน สลับวิ่ง การออกกำลังกายแบบต่อเนื่องโดยใช้ยางยืด และการออกกำลังกายแบบต่อเนื่องโดยใช้น้ำหนักตัว

ซึ่งมีความหลากหลายและสนุกสนาน ทำให้กลุ่มควบคุมได้ประสบการณ์ในการออกกำลังกายเหมือนกับกลุ่มทดลอง ซึ่ง แบนดูรา (Bandura, 1977) กล่าวว่า ประสบการณ์ที่สำเร็จด้วยตนเอง มีอิทธิพลและมีประสิทธิภาพมากที่สุดในการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถแห่งตน เนื่องจากเป็นประสบการณ์ที่บุคคลประสบความสำเร็จในการกระทำพฤติกรรมด้วยตนเองโดยตรง การที่บุคคลประสบความสำเร็จในการกระทำพฤติกรรมด้วยตนเองหลายๆ ครั้ง ก็จะส่งผลให้บุคคลรับรู้ความสามารถแห่งตนมากขึ้น สอดคล้องกับ ธนาภา ฤทธิวงศ์ และศิริพันธุ์ สาสัตย์ (Rittiwong and Sasat, 2010) กล่าวว่า ประสบการณ์ของความสำเร็จจากการลงมือกระทำ มีอิทธิพลมากที่สุดในการสร้างการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ส่งผลทำให้เกิดความมั่นใจและความพยายามในการปฏิบัติกิจกรรม สอดคล้องกับ ฤกษ์พันธ์ (Kritpet, 2011) กล่าวว่า การมีกิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกายหรือการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ มีผลให้เด็กเกิดความสนุกสนาน มีพัฒนาการด้านสังคม มีความอบอุ่นทางจิตใจ ซึ่งจะมีผลต่อความเชื่อมั่นในตนเองสูงและกล้าแสดงออกตามวัย และเนื่องจากกลุ่มควบคุมอาจมีการสอบถามเกี่ยวกับเรื่องของการออกกำลังกาย จึงทำให้ผู้วิจัยจำเป็นต้องให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการออกกำลังกายไปบ้าง รวมถึงสถานที่ออกกำลังกายจำเป็นต้องเลือกใช้สถานที่ที่เหมาะสมสำหรับการออกกำลังกาย ซึ่งสิ่งเหล่านี้อาจเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลให้การรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกายเพิ่มขึ้น

2. กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยน้ำหนักตัว นอนยกตัว ดันพื้นและเดิน/วิ่ง 1.6 กิโลเมตร หลังการทดลอง 10 สัปดาห์ แตกต่างกับก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ค่าดัชนีมวลกาย ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง 10 สัปดาห์ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการทดสอบสุขสมรรถนะ ประกอบด้วย องค์ประกอบของร่างกาย ความอ่อนตัว ความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ และความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ

2.1 องค์ประกอบของร่างกาย

กลุ่มทดลองที่ได้ฝึกตามโปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกายและกลุ่มควบคุมที่มีการออกกำลังกายเพียงอย่างเดียว มีองค์ประกอบของร่างกายไม่แตกต่างกับก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจากโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจะใช้เวลาในการออกกำลังกายเพียง 30 นาที และออกกำลังกาย 3 วันต่อสัปดาห์ ทำให้ระยะเวลาและความถี่ในการออกกำลังกายน้อยเกินไป ซึ่งองค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 2014) ได้ให้ข้อแนะนำว่า เด็กและเยาวชนที่มีอายุ 5-17 ปี ควรมีกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกายแบบสะสมอย่างน้อย 60 นาที ทุกวัน ในระดับปานกลางถึงหนัก และเนื่องจากผู้วิจัยไม่สามารถควบคุมการบริโภคอาหารและการปฏิบัติงานในชีวิตประจำวันได้ และผู้วิจัยสังเกตเห็นว่า หลังจากเลิกเรียนเด็กนักเรียนส่วนใหญ่มักจะไปซื้อของรอบๆ โรงเรียนรับประทาน เช่น ขนมหวาน น้ำหวาน อาหารทอด เป็นต้น อาจทำให้กลุ่มตัวอย่างได้รับพลังงานมากเกินไปที่ร่างกายต้องการใช้ในแต่ละวัน

2.2 ความอ่อนตัว

กลุ่มทดลองที่ได้ฝึกตามโปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกายและกลุ่มควบคุมที่มีการออกกำลังกายเพียงอย่างเดียว มีการพัฒนาความอ่อนตัวเพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจากผู้วิจัยได้ให้กลุ่มทดลองทำการอบอุ่นร่างกายก่อนการฝึก เพื่อเตรียมความพร้อมของร่างกาย โดยการยืดเหยียดกล้ามเนื้อแบบเคลื่อนไหวและผ่อนคลายกล้ามเนื้อ หลังจากออกกำลังกาย โดยการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ

แบบค้างไว้ ซึ่งช่วยเพิ่มมุมการเคลื่อนไหวของข้อต่อ และสามารถลดความเสี่ยงที่จะเกิดการบาดเจ็บจากการออกกำลังกายได้ สอดคล้องกับ สนธยา สิละมาต (Srilamatr, 2008) กล่าวว่า การพัฒนาความอ่อนตัวโดยการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ จัดเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพในการที่จะเพิ่มความสามารถในการทำงานของกล้ามเนื้อและข้อต่อได้เพิ่มมุมการเคลื่อนไหว

2.3 ความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ

กลุ่มทดลองที่ได้ฝึกตามโปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกายและกลุ่มควบคุมที่มีการออกกำลังกายเพียงอย่างเดียว มีการพัฒนาความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อเพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจากในโปรแกรมการออกกำลังกายจะมีการออกกำลังกายแบบหนักสลับเบา และการออกกำลังกายที่ใช้ยางยืดและใช้น้ำหนักตัวเป็นแรงต้าน ปฏิบัติซ้ำกันหลายๆ ครั้งต่อเนื่องกัน ทำให้เกิดการพัฒนาด้านความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ สอดคล้องกับ ฅนอมวงค์ ฤกษ์พันธ์ (Kritpet, 2011) กล่าวว่า การออกกำลังกายที่สร้างแรงดึงหรือแรงกดให้กับกล้ามเนื้อหรือการออกกำลังกายที่ใช้แรงต้านในรูปแบบต่างๆ เช่น ยกน้ำหนัก ดันพื้น หรือใช้ยางยืด สามารถที่จะทำให้กล้ามเนื้อนั้นแข็งแรงขึ้น และการที่จะพัฒนาความอดทนของกล้ามเนื้อ การออกกำลังกายจะต้องมีความแตกต่างไปจากการออกกำลังกายเพื่อพัฒนาหัวใจ การออกกำลังกายจะต้องเน้นการพัฒนากล้ามเนื้อ โดยการฝึกกล้ามเนื้อโดยใช้แรงต้านทานหรืออาจเป็นการฝึกซ้อมในรูปแบบที่กดดันกล้ามเนื้อซ้ำกันเป็นระยะเวลาหนึ่ง เช่น การฝึกแบบสถานี (Circuit training) หรือการฝึกแบบหนักสลับเบา (Interval training) ซึ่งการฝึกซ้อมในรูปแบบนี้สามารถช่วยพัฒนากล้ามเนื้อให้เกิดความอดทนและชะลอความเมื่อยล้าลงได้

2.4 ความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ

กลุ่มทดลองที่ได้ฝึกตามโปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกายและกลุ่มควบคุมที่มีการออกกำลังกายเพียงอย่างเดียว มีการพัฒนาความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจเพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจากผู้วิจัยได้ให้กลุ่มทดลองได้ออกกำลังกายทั้ง 3 แบบ ประกอบด้วย การเดิน สลับวิ่ง การออกกำลังกายแบบต่อเนื่องโดยใช้ยางยืด และการออกกำลังกายแบบต่อเนื่องโดยใช้น้ำหนักตัว ซึ่งการออกกำลังกายทั้ง 3 แบบ จะมีการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อมัดใหญ่ๆ เช่น การวิ่ง การลุกนั่ง การดันพื้น การกระโดดบ เป็นต้น และเป็นการออกกำลังกายที่มีความต่อเนื่องที่ความหนักระดับเบา-ปานกลาง ทำให้เกิดการพัฒนาความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและระบบหายใจ สอดคล้องกับ สุพิตร สมอาทิตย์ (Samahito, 1998) กล่าวว่า การเสริมสร้างหรือการพัฒนาความอดทนของระบบไหลเวียนและหายใจนั้น เด็กต้องมีการเคลื่อนไหวกล้ามเนื้อมัดใหญ่ๆ เช่น การกระโดด การวิ่ง โดยใช้ระยะเวลาติดต่อกัน สอดคล้องกับ สว่างจิต แซ่ใจัว และฅนอมวงค์ ฤกษ์พันธ์ (Saengow and Kritpet, 2009) กล่าวว่า การฝึกโปรแกรมการออกกำลังกายแบบวงจร ใช้ท่ากระโดดบ, ก้าวขึ้น-ลงเก้าอี้ และยกเข่า สปริงปลายเท้า การฝึกอย่างต่อเนื่องกันในความหนักระดับปานกลาง ทำให้เกิดการพัฒนาความอดทนของระบบไหลเวียนเลือดและหายใจ

3. เมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่ม พบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกาย และสุขสมรรถนะไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานของการวิจัย

เนื่องจาก กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมได้รับโปรแกรมการออกกำลังกายเหมือนกัน ดังนั้นกลุ่มควบคุมจึงได้มีการฝึกปฏิบัติการออกกำลังกายในรูปแบบต่างๆ เหมือนกับกลุ่มทดลอง ประกอบด้วย การเดินสลับวิ่ง การออกกำลังกายแบบต่อเนื่องโดยใช้ยางยืด และการออกกำลังกายแบบต่อเนื่องโดยใช้น้ำหนักตัว ซึ่งมีความหลากหลายและสนุกสนาน ทำให้ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมได้ประสบการณ์ที่สำเร็จด้วยตนเองเหมือนกัน ซึ่ง แบนดูรา (Bandura, 1977) กล่าวว่า ประสบการณ์ที่สำเร็จด้วยตนเอง มีอิทธิพลและมีประสิทธิภาพมากที่สุดในการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถแห่งตน เนื่องจาก เป็นประสบการณ์ที่บุคคลประสบความสำเร็จในการกระทำพฤติกรรมด้วยตนเองโดยตรง การที่บุคคลประสบความสำเร็จในการกระทำพฤติกรรมด้วยตนเองหลายๆ ครั้ง ก็จะส่งผลให้บุคคลรับรู้ความสามารถแห่งตนมากขึ้น สอดคล้องกับ ธนาภา ฤทธิวงศ์ และศิริพันธุ์ สาสัตย์ (Rittiwong and Sasat, 2010) กล่าวว่า ประสบการณ์ของความสำเร็จจากการลงมือกระทำ มีอิทธิพลมากที่สุดในการสร้างการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ส่งผลทำให้เกิดความมั่นใจและความพยายามในการปฏิบัติกิจกรรม สอดคล้องกับ ถนอมวงศ์ กฤษณ์เพ็ชร (Kritpet, 2011) กล่าวว่า การมีกิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกายหรือการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ มีผลให้เด็กเกิดความสนุกสนาน มีพัฒนาการด้านสังคม มีความอบอุ่นทางจิตใจ ซึ่งจะมีผลต่อความเชื่อมั่นในตนเองสูงและกล้าแสดงออกตามวัย และเนื่องจากกลุ่มควบคุมอาจมีการสอบถามเกี่ยวกับเรื่องของการออกกำลังกาย จึงทำให้ผู้วิจัยจำเป็น

ต้องให้ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการออกกำลังกายไปบ้าง รวมถึงสถานที่ออกกำลังกายจำเป็นต้องเลือกใช้สถานที่ที่เหมาะสมสำหรับการออกกำลังกาย ซึ่งสิ่งเหล่านี้ อาจเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลให้การรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกายและสุขสมรรถนะของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน

สรุปผลการวิจัย

สรุปได้ว่า การได้รับโปรแกรมการรับรู้ความสามารถแห่งตนร่วมกับโปรแกรมออกกำลังกายและการได้รับโปรแกรมออกกำลังกายเพียงอย่างเดียวมีประสิทธิภาพในการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถแห่งตนในการออกกำลังกายและสุขสมรรถนะไม่แตกต่างกัน

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. โรงเรียนควรให้ความสำคัญในการควบคุมอาหารควบคู่ไปกับการออกกำลังกาย
2. โรงเรียนควรจัดกิจกรรมการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ และบุคลากรของโรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัยและโรงเรียนศรีอยุธยา ในพระอุปถัมภ์ฯ ที่ให้ความอนุเคราะห์ช่วยเหลือ ในการใช้สถานที่และให้คำแนะนำต่างๆ ในการดำเนินการวิจัย ขอขอบคุณนักเรียนทุกท่าน ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้และได้ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี

เอกสารอ้างอิง

- Bandura, A. (1977). **Self-Efficacy: The Exercise of Control**. New York: W.H. Freeman and Company.
- Cohen, J. (1969). **Statistical Power Analysis for the behavioral Science**. New York: Academic Press.
- Dahlan, W. (2008). **Thai Children was the second ranking of fat children in Asia**. Retrieved 2 August 2013, from <http://www4.thaihealth.or.th/healthcontent/news/4126>.
- Kritpet, T. (2011). **Exercise physiology**. Bangkok: Teeronnasan.
- Mo-suwan, L. (2004). **The Prospective cohort Study in Thai Children**. Bangkok: Lim Brader Printing.
- Nettle, H., and Sprogis, E. (2011). Pediatric exercise: Truth and/or consequences. **Sports Medicine and Arthroscopic**, 19(1), 75-80.
- Rittiwong, T., and Sasat, S. (2010). The Effect of perceived Self-Efficacy Promoting Program in Weight Reduction on the Severity of Knee Osteoarthritis in Overweight Older Persons. **Journal of Nursing science Chulalongkorn University**, 22(1-3), 190-203.
- Saengow, S., and Kritpet, T. (2009). The Effects of Circuit Training Program on Health-related Physical Fitness in Overweight. **Journal of Sports Science and Health**, 10(3), 31-44.
- Samahito, S. (1998). **Physical fitness test**. Bangkok: Prannok Printing Kasetsart University.
- Srilamatr, S. (2008). **The Principle of Sport training for athletic trainers**. Bangkok: Chulalongkorn Printing.
- Srilamatr, S. (2014). **Physical activity for health**. Bangkok: Chulalongkorn Printing.
- Tungtrongchitr, R. (2007). **Obesity: Changes in nutrition and biochemistry**. Bangkok: Charoendee-monekong Printing.
- World Health Organization. (2014). **Global recommendations on physical activity for health**. Retrieved 16 December 2014. <http://www.who.int/dietphysicalactivity/publications/9789241599979/en/>
- Yaowapongsiri, W. (2008). **Against obesity and diabetes**. Bangkok: AUSA Printing.

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการมีกิจกรรมทางกายของนิสิตนักศึกษา สถาบันอุดมศึกษา ในกรุงเทพมหานคร

ชโลธร เสียงใส และสุจิตรา สุคนธ์ทรัพย์

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาการมีกิจกรรมทางกาย และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการมีกิจกรรมทางกาย ของนิสิตนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษา ในกรุงเทพมหานคร

วิธีดำเนินการวิจัย มีดังนี้

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ กลุ่มตัวอย่าง เป็นนิสิตนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาในกรุงเทพมหานคร จำนวน 460 คน ใช้การสุ่มตัวอย่างโดยบังเอิญ โดยใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นทั้งหมด 6 ด้าน ประกอบไปด้วย ข้อมูลส่วนบุคคล แบบทดสอบความรู้ แบบสอบถามทัศนคติ แบบสอบถามปัจจัยเอื้อ แบบสอบถามปัจจัยเสริม และแบบสอบถามเกี่ยวกับการปฏิบัติกิจกรรมทางกาย ที่ผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน ได้ค่าความตรงเท่ากับ 0.86 และผ่านการตรวจสอบความเที่ยง โดยนำแบบสอบถามไปทดสอบกับนิสิต นักศึกษาที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.81 วิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และหาค่าความสัมพันธ์ของตัวแปรโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ผลการวิจัย

1. นิสิตนักศึกษามีพฤติกรรมการมีกิจกรรม

ทางกายในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 1.94$)

2. ปัจจัยนำด้านความรู้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม การมีกิจกรรมทางกายไปในทิศทางตรงกันข้าม ($r = -0.15$, $p = 0.00$) แต่ปัจจัยนำด้านทัศนคติ มีความสัมพันธ์ กับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมทางกายไปในทิศทาง เดียวกัน ($r = 0.12$, $p = 0.01$) ปัจจัยเอื้อ และปัจจัย เสริม มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรม ทางกายไปในทิศทางเดียวกัน ($r = 0.21$, $p = 0.00$) ($r = 0.23$, $p = 0.00$) ตามลำดับ

สรุปผลการวิจัย

พฤติกรรมที่มีกิจกรรมทางกายของนิสิตนักศึกษา ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง การมีความรู้ไม่ได้ หมายความว่า จะมีพฤติกรรมที่มีกิจกรรมทางกายมาก แต่ ทัศนคติ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริมจะช่วยสนับสนุน ส่งเสริมให้มีกิจกรรมทางกายมากขึ้น ดังนั้นสถาบัน อุดมศึกษาควรจัดสภาพแวดล้อมให้เพียงพอกับความ ต้องการกิจกรรมทางกายของนิสิตนักศึกษา และจัด กิจกรรมส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายให้นิสิตนักศึกษา เพิ่มขึ้น

คำสำคัญ: กิจกรรมทางกาย / ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ กับการจัดกิจกรรมทางกาย / ปัจจัยนำ / ปัจจัยเอื้อ / ปัจจัยเสริม

FACTORS RELATED PHYSICAL ACTIVITIES OF HIGHER EDUCATION INSTITUTES STUDENTS IN BANGKOK METROPOLIS

Chalothorn Siangsai and Suchitra Sukonthasab

Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University

Abstract

Purpose The purpose of this study was to study the physical activity and factors related to the physical activity of university students in Bangkok.

Method This survey research studied the sample which consisted of 460 university students in Bangkok by using accidental sampling. It used questionnaires created by the researchers, which comprised of six components, namely personal information, a knowledge test, an attitude questionnaire, an enabling factor questionnaire, a reinforcing factor questionnaire, and a physical activity questionnaire. Verified by five experts, the questionnaire had a content validity ratio of 0.86. Their reliability was 0.81 when checked against 30 university students whose attributes were similar to those of the sample. The data analysis was conducted by using statistics, percentages, means, and standard deviation. Pearson's correlation coefficient was used to determine the correlation.

Results

1. University students in Bangkok have an "average" overall physical activity behavior

($\bar{x} = 1.94$).

2. The predisposing factors of knowledge have negative correlation with the physical activity behavior ($r = -0.15$, $p = 0.00$). However, the predisposing factors of attitude have positive correlation with the physical activity behavior ($r = 0.12$, $p = 0.01$), and the enabling factors and the reinforcing factors have positive correlation with the physical activity behavior ($r = 0.21$, $p = 0.00$ and $r = 0.23$, $p = 0.00$) respectively.

Conclusion

University students in Bangkok have an "average" degree of physical activities behavior. Having the knowledge does not necessarily lead to having a high degree of physical activity behavior. However, the enabling factors and the reinforcing factors help generate more physical activity behavior. Therefore, universities should provide environment that meet students' needs and conduct activities that promote more physical activities among students.

Key Words: Physical activities / Factors related to physical activities/ Predisposing factors / Enabling factors / Reinforcing factors

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันสภาวะสุขภาพคนไทยได้รับอิทธิพลจากการเปลี่ยนแปลงของสังคมอย่างมาก ไม่ว่าจะเป็นด้านการเมือง ด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคม ด้านเทคโนโลยี และสิ่งแวดล้อมซึ่งผลจากการเปลี่ยนแปลงแบบก้าวกระโดดของสังคมทำให้วิถีชีวิตของประชาชนเปลี่ยนแปลงไปตามสถานการณ์ การใช้ชีวิตมีความเร่งรีบมากขึ้นส่งผลให้บุคคลต้องประสบกับความเสี่ยงจากโรคเรื้อรังหรือโรคไม่ติดต่อที่เกิดจากการบริโภคอาหารเกินความต้องการของร่างกายและขาดการมีกิจกรรมทางกาย เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิต โรคหลอดเลือดตีบ โรคกระดูกพรุนในผู้สูงอายุ (Thai Health, 2011) ซึ่งโรคต่างๆ เหล่านี้สามารถป้องกันหรือทำให้ทุเลาลงได้ด้วยการควบคุมอาหารหรือการสร้างเสริมสุขภาพโดยการมีกิจกรรมทางกายเพิ่มมากขึ้นหรือออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพได้สำรวจพฤติกรรมสุขภาพของคนไทยระหว่าง พ.ศ. 2548 ถึง พ.ศ. 2550 พบว่า คนไทยที่เผชิญโรคอ้วนสูงถึง 10.2 ล้านคน และนอนรักษาตัวในโรงพยาบาลด้วยโรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือดเพิ่มขึ้นทุกปี นอกจากนี้บุคคลที่เสี่ยงต่อการเป็นโรคไม่ติดต่อ มีอายุเฉลี่ยลดลง อันมีสาเหตุหลัก 2 สาเหตุ คือ การบริโภคน้ำตาลเกินความต้องการของร่างกายและการขาดการมีกิจกรรมทางกายหรือออกกำลังกายไม่เพียงพอ กับความต้องการของร่างกาย จากงานวิจัยของ วิภาวดี ลิ้มมั่งสวัสดิ์ และคณะ (Leemingsawat et al., 2006) พบว่า นิสิตนักศึกษาส่วนใหญ่มีการออกกำลังกายเพียงสัปดาห์ละ 1-2 วัน โดยนักศึกษหญิงมีพฤติกรรมการออกกำลังกายน้อยกว่านิสิตนักศึกษาชาย และนิสิตนักศึกษาของสถาบันอุดมศึกษาของรัฐไม่ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา มีจำนวนร้อยละ 28.6 ในขณะที่นิสิตนักศึกษสถาบันอุดมศึกษาของเอกชนที่ไม่ออกกำลังกาย

หรือเล่นกีฬามีจำนวนร้อยละ 32.6 นิสิตนักศึกษาสถาบันของรัฐมีความคิดเห็นว่าการหลักสูตรการเรียนรายวิชาพลศึกษามีความเพียงพอในการออกกำลังกายของร่างกายแล้ว และสถาบันมีสิ่งอำนวยความสะดวกให้นิสิตนักศึกษาได้ใช้งานอย่างเพียงพอ ซึ่งความคิดเห็นดังกล่าวเป็นไปในทางตรงกันข้ามกับนิสิตนักศึกษสถาบันอุดมศึกษาเอกชน นอกจากนี้นิสิตนักศึกษาชายมีพฤติกรรมการออกกำลังกายมากกว่านิสิตนักศึกษาหญิง ส่วนหนึ่งมาจากความคิดเห็นว่าการออกกำลังกายเป็นกิจกรรมของผู้ชาย ผู้หญิงไม่ควรทำหรือไม่ทำได้ และอาจจะใช้กิจกรรมอย่างอื่นแทนการออกกำลังกายได้ เช่น การทำงานบ้าน การทำงานสวน ซั้วของ เดินขึ้นบันได ฯลฯ และจากงานวิจัยของ ศิวะ พลนิน (Polnin, 2012) พบว่า พฤติกรรมการขาดการมีกิจกรรมทางกายหรือการออกกำลังกายที่ไม่เพียงพอของประชาชนส่วนใหญ่เนื่องมาจาก 3 เหตุผลหลักๆ คือ ไม่มีเวลาในการทำกิจกรรมหรือออกกำลังกาย สภาพร่างกายไม่เหมาะสมหรือไม่เอื้อต่อกิจกรรม และไม่มีสถานที่ออกกำลังกายหรือทำกิจกรรม

ในอนาคตนิสิตนักศึกษาจะเป็นบุคลากรสำคัญในการพัฒนาประเทศเพื่อให้เจริญก้าวหน้า นั่นหมายถึงสถาบันอุดมศึกษาจะต้องมีบทบาทสำคัญต่อการส่งเสริมสุขภาพให้กับนิสิตนักศึกษาทุกคน โดยการสร้างและปรับปรุงสภาพแวดล้อมทางกายภาพและทางสังคมให้เอื้อต่อการสร้างเสริมสุขภาพ การศึกษาเล่าเรียนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และการอยู่อาศัยอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน สถาบันอุดมศึกษาต้องบูรณาการเรื่องสุขภาพเข้ากับกระบวนการเรียนการสอนและการศึกษาวิจัยให้ฝังลึกอยู่ในวัฒนธรรม โครงสร้าง กระบวนการ รวมทั้งการเชื่อมโยงการพัฒนามหาวิทยาลัยส่งเสริมสุขภาพกับการพัฒนาสังคมและชุมชนทั้งในและนอกมหาวิทยาลัยจึงจะส่งผลให้นิสิตนักศึกษา มีทั้ง การเป็นคนเก่ง เป็นคนดี มีความสุข มีสุขภาพดี

และสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข (สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา) (Office of the Higher Education Commission, 2011)

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการมีกิจกรรมทางกายของนิสิต นักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาในกรุงเทพมหานคร เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานให้กับสถาบันอุดมศึกษาหรือองค์กรต่างๆ ที่สนใจนำไปวางแผน ปรับปรุง สร้างเสริมโครงการส่งเสริมสุขภาพให้นิสิตนักศึกษาภายในสถาบันได้มีกิจกรรมทางกาย เพื่อเป็นการส่งเสริมสุขภาพให้สมบูรณ์และแข็งแรง สามารถที่จะเป็นกำลังหลักพัฒนาองค์กรและประเทศชาติต่อไปในอนาคต

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการมีกิจกรรมทางกายของนิสิต นักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาในกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการมีกิจกรรมทางกายของนิสิต นักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาในกรุงเทพมหานคร

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) และได้ผ่านการพิจารณาอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคนกลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ณ วันที่ 12 กันยายน 2556

ประชากร

ประชากรเป็นนิสิตนักศึกษาที่ศึกษาในระดับอุดมศึกษาของภาครัฐและภาคเอกชน ประจำปีการศึกษา 2554 ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 460,241 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กำหนดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของยามาเน (Yamane) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ความคลาดเคลื่อน .05 ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน ในการรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยได้เพิ่มกลุ่มตัวอย่างเพื่อให้ครอบคลุมเป็น 460 คน การสุ่มตัวอย่างใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Sampling) แบ่งสถาบันอุดมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครออกเป็น 2 ประเภท ใหญ่ คือ สถาบันอุดมศึกษาของรัฐ 21 แห่ง และสถาบันอุดมศึกษาเอกชน 26 แห่ง ใช้การจับสลากเพื่อคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างสถาบันอุดมศึกษา โดยกำหนดเป็นสถาบันอุดมศึกษาของรัฐ 10 แห่ง และสถาบันอุดมศึกษาเอกชน 10 แห่ง กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มโดยบังเอิญ (Accidental Sampling) สถาบันละ 23 คน

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. สร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบไปด้วยแบบวัดความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมทางกายและแบบสอบถามที่มีคำถามแบ่งเป็น 5 ส่วน คือ ข้อมูลส่วนบุคคล ทัศนคติ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม และพฤติกรรมกรรมมีกิจกรรมทางกาย นำแบบทดสอบความรู้และแบบสอบถามที่สร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่านพิจารณาได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence; IOC) ทั้งฉบับเท่ากับ 0.86 นำแบบทดสอบและแบบสอบถามไปทำการทดลองใช้กับนิสิต นักศึกษาที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 ราย และมาคำนวณหาค่าความเที่ยง (Reliability) สำหรับแบบทดสอบใช้วิธีของ คูเดอร์ ริชาร์ดสัน 20 (Kuder - Richardson 20) (Richardson, 1973) และแบบสอบถามทัศนคติ แบบสอบถามปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม ใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha) ของ ครอนบาค (Cronbach) โดยผู้วิจัยกำหนดค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.7

โดยแบบทดสอบความรู้ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.72 และแบบสอบถามทัศนคติเกี่ยวกับกิจกรรมทางกาย ด้วยการหาค่าความเชื่อมั่น ได้ค่าเท่ากับ 0.86 แบบสอบถามปัจจัยเอื้อเกี่ยวกับกิจกรรมทางกายเท่ากับ 0.79 แบบสอบถามปัจจัยเสริมเกี่ยวกับกิจกรรมทางกายเท่ากับ 0.78 และแบบสอบถามด้านพฤติกรรมได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.94

2. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยแจกแบบสอบถามให้กับ นิสิตนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 20 สถาบัน ตามสถานที่นั่งพักผ่อนต่างๆ ภายในสถาบัน ใช้การสุ่มตัวอย่างแบบบังเอิญในวันที่ นิสิตนักศึกษามาเรียน ใช้ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลประมาณ 2 เดือน

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการมีกิจกรรมทางกาย วิเคราะห์ข้อมูลโดยค่าเฉลี่ยเลขคณิต (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

2. ความสัมพันธ์ของปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมกับการปฏิบัติกิจกรรมทางกาย โดยวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ด้วย สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) ที่ระดับความมีนัยสำคัญ 0.05

เกณฑ์การแปลผลระดับความสัมพันธ์ (Hinkle D. E. 1998, p.118)

ค่า r ระหว่าง 0.90-1.00 หมายถึง มีความสัมพันธ์กันอยู่ในระดับสูงมาก

ค่า r ระหว่าง 0.70-0.90 หมายถึง มีความสัมพันธ์กันอยู่ในระดับสูง

ค่า r ระหว่าง 0.50-0.70 หมายถึง มีความ

สัมพันธ์กันอยู่ในระดับปานกลาง

ค่า r ระหว่าง 0.30-0.50 หมายถึง มีความสัมพันธ์กันอยู่ในระดับต่ำ

ค่า r ระหว่าง 0.00-0.30 หมายถึง มีความสัมพันธ์กันอยู่ในระดับต่ำมาก

ผลการวิจัย

1. นิสิตนักศึกษาที่ตอบแบบสอบถามเป็นเพศชาย มากกว่าเพศหญิงโดยเป็นเพศชาย ร้อยละ 57.83 เพศหญิง ร้อยละ 42.17 แบ่งเป็นสถาบันอุดมศึกษาของรัฐและสถาบันอุดมศึกษาของเอกชน เท่ากันร้อยละ 50.00 นิสิตนักศึกษาส่วนใหญ่อาศัยอยู่ที่บ้าน ร้อยละ 44.57 มีรายรับที่ได้จากผู้ปกครองต่อเดือนต่ำกว่า 8,000 บาท มากที่สุด ร้อยละ 44.78 ไม่มีสถานที่ออกกำลังกายนอกมหาวิทยาลัย ร้อยละ 56.09 ไม่มีกลุ่มเพื่อนร่วมกิจกรรม ร้อยละ 61.96 ทำงานบ้าน งานสวน ร้อยละ 50.43 ใช้เวลาว่างดูทีวี ทำการบ้าน เล่นคอมพิวเตอร์ นั่งคุยกัน ร้อยละ 80.00 และใช้เวลาว่างเดินห้างสรรพสินค้า ร้อยละ 58.91

2. นิสิตนักศึกษามีพฤติกรรมทางกายภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 1.94$) พฤติกรรมทางกายที่นิสิตนักศึกษาปฏิบัติอยู่ในระดับมากที่สุด 3 อันดับแรก คือ เปลี่ยนอาคารเรียนด้วยการเดิน ($\bar{X} = 3.06$) ใช้ทางเดินในมหาวิทยาลัยเพื่อเดินเปลี่ยนอาคารเรียน ($\bar{X} = 2.87$) และออกกำลังกายจนรู้สึกเหนื่อยและมีเหงื่อซึม ($\bar{X} = 2.55$) ส่วนพฤติกรรมทางกายที่นิสิตนักศึกษาปฏิบัติอยู่ในระดับน้อย 3 อันดับแรก คือ ใช้เวลาว่างนั่งพักผ่อนหรือคุยกับเพื่อนตามสถานที่ต่างๆ ภายในมหาวิทยาลัย ($\bar{X} = 1.14$) ปั่นจักรยานตามช่องทางที่มหาวิทยาลัยจัดไว้ให้ ($\bar{X} = 1.39$) และใช้จักรยานสำหรับการเดินทางภายในสถาบัน ($\bar{X} = 1.49$) ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการมีกิจกรรมทางกายของนิสิต นักศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็น รายข้อ (n=460)

รายการ	$\bar{X}$	ระดับการปฏิบัติกิจกรรม
1. ท่านเปลี่ยนอาคารเรียนด้วยการเดิน	3.06	มาก
2. ท่านใช้จักรยานสำหรับการเดินทางภายในสถาบัน	1.49	น้อย
3. ท่านใช้ทางเดินในมหาวิทยาลัยเพื่อเดินเปลี่ยนอาคารเรียน	2.87	มาก
4. ท่านเดินขึ้น-ลงบันไดแทนการใช้ลิฟท์	2.45	มาก
5. ท่านปั่นจักรยานตามช่องทางที่มหาวิทยาลัยจัดไว้ให้	1.39	น้อย
6. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพของมหาวิทยาลัย เช่น เดินแอโรบิก โยคะ จักร	1.61	ปานกลาง
7. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพของคณะ เช่น เดินแอโรบิก โยคะ จักร ฯลฯ	1.61	ปานกลาง
8. ท่านเรียนวิชาบังคับเกี่ยวกับการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬา	2.11	ปานกลาง
9. ท่านเรียนวิชาเลือกเกี่ยวกับการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬา	2.06	ปานกลาง
10. ท่านออกกำลังกายหรือมีกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพวันละ 30 นาทีขึ้นไป	2.35	ปานกลาง
11. ท่านเล่นกีฬาเป็นทีมไม่ต่ำกว่า 30 นาทีต่อวัน	2.17	ปานกลาง
12. ท่านเล่นกีฬาในสนามกีฬากลางแจ้งของมหาวิทยาลัย	1.88	ปานกลาง
13. ท่านว่ายน้ำในสระว่ายน้ำของมหาวิทยาลัยหรือคณะ	1.54	น้อย
14. ท่านเล่นกีฬาในโรงยิมส์ของมหาวิทยาลัยหรือคณะ	1.84	ปานกลาง
15. ท่านใช้อุปกรณ์ออกกำลังกายในสวนสุขภาพของมหาวิทยาลัย	1.77	ปานกลาง
16. ท่านออกกำลังกายในศูนย์สุขภาพหรือฟิตเนสของมหาวิทยาลัยหรือของคณะ	1.88	ปานกลาง
*17. ท่านใช้เวลาว่างเข้าห้องสมุดหรืออ่านหนังสือ	1.59	น้อย
*18. ท่านใช้เวลาว่างในการเล่นคอมพิวเตอร์	1.54	น้อย
19. ท่านออกกำลังกายจนรู้ลึกรู้หน้าและมีเหงื่อซึม	2.55	มาก
*20. ท่านใช้เวลาว่างนั่งพักผ่อนหรือคุยกับเพื่อนตามสถานที่ต่างๆ ภายในมหาวิทยาลัย	1.14	น้อย
รวม	1.94	ปานกลาง

* ข้อความด้านลบ

3. นิสิตนักศึกษามีความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมทางกาย อยู่ในระดับควรปรับปรุงร้อยละ 53.91 มีความรู้เกี่ยวกับ กิจกรรมทางกายในระดับปานกลาง ร้อยละ 36.96 และมีความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมทางกายในระดับดีมาก ร้อยละ 9.13 นิสิตนักศึกษาตอบข้อคำถามด้านความรู้ เกี่ยวกับกิจกรรมทางกายถูกมากที่สุด 3 อันดับแรก คือ

กรมอนามัยได้กำหนดให้ประชาชนควรมีกิจกรรม ทางกายเพื่อเสริมสร้างสุขภาพอย่างน้อยวันละกึ่งนาที่ ตอบถูก ร้อยละ 75.00 ความหนักของกิจกรรมสามารถ วัดได้โดยวิธีใดตอบถูก ร้อยละ 71.96 และกิจกรรมใด ช่วยเผาผลาญไขมันส่วนเกินของร่างกายได้มากที่สุด ตอบถูก ร้อยละ 71.74 ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 จำนวน และร้อยละ ของนิสิตนักศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับความรู้เกี่ยวกับ กิจกรรมทางกาย (N=460)

รายการ	ระดับความรู้	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมทางกาย	ควรปรับปรุง	248	53.91
	ปานกลาง	170	36.96
	ดีมาก	42	9.13

$\bar{X} = 7.81$ $SD = 2.89$

4. นิสิตนักศึกษามีทัศนคติเกี่ยวกับกิจกรรม ทางกายภาพรวมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 4.12$) ทัศนคติ เกี่ยวกับกิจกรรมทางกายในระดับดีมาก 3 อันดับแรก คือ การออกกำลังกายช่วยให้สุขภาพดี ($\bar{X} = 4.53$) การออกกำลังกายเป็นประจำช่วยทำให้ระบบไหลเวียน

เลือด ระบบหายใจ และช่วยทำให้กล้ามเนื้อหัวใจ แข็งแรง ($\bar{X} = 4.38$) และผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำ จะทำงานได้นานกว่าและเหนื่อยน้อยกว่าผู้ที่ไม่ออก กาย ($\bar{X} = 4.26$) ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ยทัศนคติเกี่ยวกับกิจกรรมทางกายของนิสิต นักศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็น รายข้อ (n=460)

รายการ	$\bar{X}$	แปลผล
1. การออกกำลังกายช่วยให้สุขภาพดี	4.53	ดีมาก
2. การเดินขึ้น-ลงบันไดช่วยให้สุขภาพแข็งแรง	4.12	ดี
3. นิสิตนักศึกษาควรออกกำลังกายเมื่อมีเวลาว่าง	4.20	ดี
4. การออกกำลังกายช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด	4.18	ดี
5. การเดินวันละ 10,000 ก้าว มีผลต่อการสร้างเสริมสุขภาพ	3.89	ดี
6. การใช้จักรยานเดินทางภายในมหาวิทยาลัยช่วยให้สุขภาพดี	3.96	ดี
7. การออกกำลังกายก่อให้เกิดการพัฒนาทางด้านสติปัญญา	4.03	ดี

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ยทัศนคติเกี่ยวกับกิจกรรมทางกายของนิสิต นักศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกเป็น รายข้อ (n=460) (ต่อ)

รายการ	$\bar{X}$	แปลผล
8. การเดินเรียนระหว่างคณะต่างๆ ทำให้สุขภาพแข็งแรง	3.87	ดี
9. การเรียนในมหาวิทยาลัยจำเป็นต้องเรียนวิชาที่เกี่ยวกับการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬา	3.84	ดี
10. การออกกำลังกายมีความจำเป็นสำหรับนิสิตนักศึกษาทุกคน	4.15	ดี
11. นิสิตนักศึกษาควรสร้างเสริมสุขภาพด้วยการว่ายน้ำ เล่นกีฬา ปั่นจักรยาน มากกว่า การนั่งเล่นคอมพิวเตอร์ การนอนดูโทรทัศน์	4.17	ดี
12. นิสิตนักศึกษาที่ร่างกายไม่สมบูรณ์แข็งแรงสามารถเลือกกิจกรรมการเดิน การปั่นจักรยานแทนการออกกำลังกายหนักๆ ได้	4.13	ดี
13. การออกกำลังกายเป็นประจำช่วยให้ระบบไหลเวียนเลือด ระบบหายใจ และช่วยให้กล้ามเนื้อหัวใจแข็งแรง	4.38	ดีมาก
14. ท่านสามารถออกกำลังกายได้แม้ไม่มีเพื่อนไปออกกำลังกายด้วย	4.18	ดี
15. ผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำจะทำงานได้นานกว่าและเหนื่อยน้อยกว่าผู้ที่ไม่ออกกำลังกาย	4.26	ดีมาก

5. มหาวิทยาลัยส่วนใหญ่มีปัจจัยเอื้อที่จะช่วยให้ นิสิตนักศึกษามีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางกาย อยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 57.17 ปัจจัยเอื้อ ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกที่ช่วยให้นิสิตนักศึกษามีกิจกรรมทางกายมากที่สุด 3 อันดับแรก คือ มหาวิทยาลัย มีสนามกีฬากลางแจ้ง ร้อยละ 80.65 มหาวิทยาลัย มีโรงยิมสำหรับออกกำลังกายและเล่นกีฬา ร้อยละ 77.39 และภายในมหาวิทยาลัยมีแนวต้นไม้ตามทางเดิน ร้อยละ 75.89 ตามลำดับ ด้านหลักสูตรการเรียน ที่ช่วยให้นิสิตนักศึกษามีกิจกรรมทางกายลำดับแรก คือ มหาวิทยาลัยจัดให้มีการเรียนวิชาเกี่ยวกับการออกกำลังกายหรือกีฬาเป็นวิชาบังคับหรือวิชาเลือก ร้อยละ 62.17 และด้านนโยบายหรือโครงการที่ช่วยให้นิสิต นักศึกษามีกิจกรรมทางกายลำดับแรก คือ มหาวิทยาลัย มีอาคารเรียนสูงตั้งแต่ 2 ชั้นขึ้นไปไม่มีลิฟท์โดยสาร

ร้อยละ 41.96 และมีปัจจัยเสริมที่จะช่วยให้นิสิตนักศึกษามีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางกาย อยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 46.52 ปัจจัยจากบุคคลรอบข้างที่ ช่วยให้นิสิตนักศึกษามีกิจกรรมทางกายลำดับแรก คือ ท่านมีเพื่อนชวนออกกำลังกาย ร้อยละ 76.52 ปัจจัย สนับสนุนจากสถาบันที่ช่วยให้นิสิตนักศึกษามีกิจกรรม ทางกายลำดับแรก คือ อาคารเรียนติดป้ายประชาสัมพันธ์ ให้เดินขึ้น-ลงบันไดแทนการใช้ลิฟท์ ร้อยละ 58.48 ปัจจัยด้านกิจกรรมภายในสถานที่ช่วยให้นิสิตนักศึกษามี กิจกรรมทางกายลำดับแรก คือ มหาวิทยาลัยมีชมรม กีฬาให้นิสิตนักศึกษาได้เข้าร่วมกิจกรรม ร้อยละ 58.04 และปัจจัยด้านภายในตนที่ช่วยให้นิสิตนักศึกษามี กิจกรรมทางกายลำดับแรก คือ ท่านเปลี่ยนกิจกรรม การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเป็นประจำ เพื่อไม่ให้เกิด ความเบื่อหน่าย ร้อยละ 54.13 ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 จำนวนและค่าร้อยละ ของนิสิต นักศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับปัจจัยเอื้อ และ ปัจจัยเสริมเกี่ยวกับกิจกรรมทางกาย (n=460)

รายการ	ระดับ	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ปัจจัยเอื้อเกี่ยวกับกิจกรรมทางกาย	น้อย	263	57.17
	ปานกลาง	143	31.09
	มาก	54	11.74
ปัจจัยเสริมเกี่ยวกับกิจกรรมทางกาย	น้อย	214	46.52
	ปานกลาง	172	37.39
	มาก	74	16.09

6. ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการมีกิจกรรมทางกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังนี้ ด้านความรู้ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการมีกิจกรรมทางกายไปในทิศทางตรงกันข้าม ในระดับต่ำมาก ($r = -0.15$, $p = 0.00$) แต่ด้านทัศนคติ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม

การปฏิบัติกิจกรรมทางกายไปในทิศทางเดียวกัน ในระดับต่ำมาก ($r = 0.12$, $p = 0.01$) ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมทางกายไปในทิศทางเดียวกัน ในระดับต่ำมาก ($r = 0.21$, $p = 0.00$, $r = 0.23$, $p = 0.00$) ดังแสดงในตารางที่ 6

ตารางที่ 5 ความสัมพันธ์ของปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม ที่มีผลต่อการมีกิจกรรมทางกาย

ความสัมพันธ์สหสัมพันธ์ (r)				
ความรู้	ทัศนคติ	ปัจจัยเอื้อ	ปัจจัยเสริม	พฤติกรรม
ความรู้	0.14*	0.10*	0.11*	-0.15*
ทัศนคติ		0.15*	0.15*	0.12*
ปัจจัยเอื้อ			0.49*	0.21*
ปัจจัยเสริม				0.23*
พฤติกรรม				

* $p < 0.05$

อภิปรายผลการวิจัย

1. พฤติกรรมการมีกิจกรรมทางกาย

นิสิตนักศึกษาศาสนาอันอุดมศึกษาในกรุงเทพมหานครมีพฤติกรรมทางกายอยู่ในระดับปานกลาง อาจเนื่องจากสถาบันอุดมศึกษามีหลักสูตรการเรียนวิชาออกกำลังกายหรือวิชาเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพเป็นวิชาเลือก และบางสถาบันมีสภาพแวดล้อมที่ไม่เอื้ออำนวยต่อการมีกิจกรรมทางกาย สอดคล้องกับการศึกษาของ จำเริญ สุ่มแก้ว (Sumkaew, 2002) ที่พบว่า นักศึกษาพยาบาลในเขตกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้านความรู้ในระดับปานกลาง พฤติกรรมที่นิสิตนักศึกษาปฏิบัติมากที่สุด 3 อันดับ คือ เปลี่ยนอาคารเรียนด้วยการเดิน ใช้ทางเดินในมหาวิทยาลัยเพื่อเดินเปลี่ยนอาคารเรียน และออกกำลังกายจนรู้สึกเหนื่อยและมีเหงื่อซึม และนอกจากงานวิจัยครั้งนี้พบว่า มหาวิทยาลัยมีปัจจัยเอื้อที่ส่งผลให้นิสิตนักศึกษามีกิจกรรมทางกาย คือ ภายในมหาวิทยาลัยมีแนวนั้นไม้ตามทางเดิน จึงทำให้นิสิตนักศึกษาส่วนใหญ่มีกิจกรรมทางกายโดยการเดิน ซึ่งสอดคล้องกับ วิภาวดี ลีมิ่งสวัสดิ์ และคณะ (Leemingsawat et al., 2006) ที่พบว่า นิสิตนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาโดยภาพรวมมีการออกกำลังกาย/เล่นกีฬาในระดับปานกลาง และประเภทของกิจกรรม คือ การเดิน การเดินเร็ว วิ่ง โดยใช้สถานที่ภายในสถาบันเป็นส่วนใหญ่เวลาที่ออกกำลังกาย และสอดคล้องกับการศึกษาของ นงลักษณ์ ใจฉลาด (Chaichalard, 2008) ที่พบว่า นิสิต นักศึกษาส่วนใหญ่มีกิจกรรมทางกายเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพโดยการเดิน การวิ่ง เล่นกีฬาเป็นทีม และเล่นกีฬาเบดมินตัน เพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ และมีการออกกำลังกาย 3-4 วันต่อสัปดาห์

2. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้กับการมีกิจกรรมทางกาย

จากการศึกษาพบว่า ความรู้มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมทางกายในระดับต่ำ แต่ค่าสัมประสิทธิ์ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมทางกายมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หมายถึง ถ้านิสิตนักศึกษามีความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมทางกายมาก พฤติกรรมการมีกิจกรรมทางกายจะน้อย อาจเนื่องมาจากเพราะ นิสิตนักศึกษานั่นผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาและไม่มีเวลา ซึ่งจากผลของงานวิจัยนี้ก็ยังพบว่า นิสิตนักศึกษาส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างกับการเข้าห้องสมุด เล่นเกมคอมพิวเตอร์ และนั่งพักผ่อนหรือคุยกับเพื่อนตามสถานที่ต่างๆ ภายในมหาวิทยาลัย ทั้งนี้อาจเพราะการมีกิจกรรมทางกายจะส่งผลให้เกิดเหงื่อและกลิ่นตัว สอดคล้องกับการศึกษาของ ธราดา เก่งการพานิช (Kengganpanich, 2003) ที่พบว่า นิสิตนักศึกษาส่วนใหญ่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องสุขภาพในทิศทางที่ดี แต่พฤติกรรมยังเป็นไปในทิศทางตรงกันข้าม อาจจะด้วยเหตุผลต่างๆ เช่น ไม่มีเวลา ทำให้เหนื่อย ทำให้มีกลิ่นตัว ขณะนี้สุขภาพยังแข็งแรงดี กิจกรรมบางกิจกรรมเป็นของเพศชาย หรือใช้เวลาว่างทำอย่างอื่นดีกว่า ส่งผลให้พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพเป็นไปในทิศทางตรงกันข้ามกับความรู้ และสอดคล้องกับการศึกษาของ สมนึก แก้ววิไล (Keawvilai, 2009) ที่พบว่า ความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมทางกายในด้านการออกกำลังกายไม่ได้ทำให้พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของนิสิตนักศึกษาเพิ่มขึ้น อีกประการหนึ่งสถานศึกษาหลายแห่งให้ความสำคัญในเรื่องหลักสูตรเกี่ยวกับกีฬาหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพน้อย เพราะมุ่งหวังให้สถาบันของตนเป็นผู้นำด้านความรู้โดยอาจจะลืมไปว่าการจะเป็นนิสิตนักศึกษาที่สมบูรณ์ได้ต้องพร้อมทั้งความรู้ ความสามารถ และร่างกายสุขภาพดี

3. ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติกับการมีกิจกรรมทางกาย

ทัศนคติมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรม การปฏิบัติกิจกรรมทางกายในระดับต่ำ แต่ค่าสัมประสิทธิ์ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมทางกายมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ถ้า นิสิตนักศึกษาในด้านทัศนคติเกี่ยวกับกิจกรรมทางกาย เพิ่มระดับมากขึ้น พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมทางกาย จะเพิ่มระดับขึ้น ถ้าทัศนคติลดระดับลง พฤติกรรม การปฏิบัติกิจกรรมทางกายก็จะลดระดับลง อาจเนื่องจาก ทัศนคติเป็นปัจจัยที่พื้นฐานและก่อให้เกิดแรงจูงใจ ในการแสดงพฤติกรรมของบุคคลหรือในอีกด้านหนึ่ง ปัจจัยนี้จะป็นความพอใจของบุคคลซึ่งได้มาจาก ประสบการณ์ในการเรียนรู้ ความพอใจนี้อาจมีผลทั้ง ในทางสนับสนุนหรือยับยั้งการแสดงพฤติกรรมทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคล ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ สุจิตรา สุนทรทรัพย์ (Sukonthasab, 2002) ที่พบว่า การจะปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพให้กับบุคคลนั้นจำเป็นต้องอาศัยประสบการณ์และการเรียนรู้ที่ต่อเนื่องกัน มาตั้งแต่เริ่มต้นการเรียนรู้ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ สมนึก แก้ววิไล (Keawvilai, 2009) ที่พบว่า ประโยชน์ของการรับรู้สุขภาพ การรับรู้ความสามารถแห่งตน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรม สุขภาพ กล่าวคือ ถ้าทัศนคติดี พฤติกรรมสร้างเสริม สุขภาพก็จะมากตามมาด้วย แต่ถ้าทัศนคติไม่ดี พฤติกรรม สร้างเสริมสุขภาพก็จะน้อยตามไปด้วย และยังสอดคล้องกับการศึกษาของ เฉลิมพล สุทธจรรยา (Sutthajunya, 2006) ที่พบว่า ทัศนคติเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญ

4. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเอื้อกับการมีกิจกรรมทางกาย

ปัจจัยเอื้อมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรม

การปฏิบัติกิจกรรมทางกายในระดับต่ำ แต่ค่าสัมประสิทธิ์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเอื้อและพฤติกรรมการปฏิบัติ กิจกรรมทางกายมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ถ้าปัจจัยเอื้อเพิ่มระดับมากขึ้น พฤติกรรมการปฏิบัติ กิจกรรมทางกายจะเพิ่มระดับขึ้นถ้าปัจจัยเอื้อลดระดับลง พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมทางกายก็จะลดระดับลง อาจเนื่องจาก ปัจจัยเอื้อ ที่เป็นสิ่งอำนวยความสะดวก ในทางกายภาพและด้านนโยบายที่มีความสำคัญต่อการ มีพฤติกรรมของบุคคล ทำให้บุคคลสามารถแสดง พฤติกรรมนั้นๆได้ และสามารถที่จะใช้บริการหรืออุปกรณ์ รวมทั้งสิ่งต่างๆ ที่มีอยู่ได้อย่างทั่วถึง รวมทั้งความสามารถ เข้าถึงปัจจัยเอื้อต่างๆ ซึ่งจากงานวิจัยนี้พบว่า ปัจจัยเอื้อ ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ สนามกีฬากลางแจ้ง โรงยิมส์สำหรับออกกำลังกายและเล่นกีฬา และมีแนว ดันไม้ตามทางเดิน มีผลต่อพฤติกรรมการมีกิจกรรม ทางกายในระดับมาก ส่วนปัจจัยเอื้อด้านนโยบาย และหลักสูตรมีผลต่อพฤติกรรมในระดับปานกลาง สอดคล้องกับกองสุขภาพ (Health Education Division, 2012) ที่พบว่า ปัจจัยเอื้อจำเป็นต่อการแสดงออก ของพฤติกรรมของบุคคล ความเพียงพอของปัจจัยเอื้อ และความสามารถใช้งานได้อย่างสะดวกจะเป็นสิ่ง ช่วยกระตุ้นให้การมีกิจกรรมทางกายเพิ่มมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ สมนึก แก้ววิไล (Keawvilai, 2009) ที่พบว่า สิ่งแวดล้อมกับการมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ มีความสัมพันธ์ไปในทิศทางเดียวกัน คือ ถ้าปัจจัยเอื้อ เพียงพอกับความต้องการพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต นักศึกษาจะมากตามมาด้วย และสอดคล้องกับการศึกษา ของ วิภาวดี ลีมีงสวัสดิ์ และคณะ (Leemingsawat et al., 2006) และการศึกษาของ เฉลิมพล สุทธจรรยา (Sutthajunya, 2006) ที่พบว่า ระบบสนับสนุนของ องค์กร เช่น อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ มีส่วนในการสร้างเสริมให้นิสิตนักศึกษามีพฤติกรรม สุขภาพ และการเข้าถึงสิ่งอำนวยความสะดวกมีความ สัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพ

5. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเสริมกับการมีกิจกรรมทางกาย

ปัจจัยเสริมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรม การปฏิบัติกิจกรรมทางกายในระดับต่ำ แต่ค่าสัมประสิทธิ์ ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเสริมและพฤติกรรม การปฏิบัติกิจกรรมทางกายมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ถ้าปัจจัยเสริมเพิ่มระดับ มากขึ้นพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมทางกายจะเพิ่ม ระดับขึ้น ถ้าปัจจัยเสริมลดระดับลง พฤติกรรมการปฏิบัติ กิจกรรมทางกายก็จะลดระดับลงเช่นกัน จากการศึกษา ของ สุจิตรา สุนทรทรัพย์ (Sukonthasab, 2002) พบว่า พฤติกรรมของคนจะเกิดขึ้นและคงอยู่แบบถาวรจำเป็น จะต้องใช้เวลาเป็นอย่างมาก ถ้าความคิด ความรู้สึก เป็นไปในทิศทางที่เป็นลบ จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องอาศัย สิ่งใดสิ่งหนึ่งจากตนเอง บุคคลรอบข้างหรืออะไรบางอย่าง ช่วยให้พฤติกรรมนั้นได้ดำเนินไปต่อ ดังนั้น ถ้ามีแรง กระตุ้นจากสิ่งต่างๆ รอบข้างสม่ำเสมอก็จะทำให้ พฤติกรรมนั้นยังคงอยู่ แต่ถ้าเมื่อใดที่แรงกระตุ้นหมดไป พฤติกรรมนั้นอาจจะหยุดลง สอดคล้องกับการศึกษาของ มณฑิมาพัฒน์ อุนพรมมี (Aunprommee, 2009) ที่พบว่า การใช้เทคนิคแรงกระตุ้นส่งผลให้นิสิต นักศึกษามีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง และยังพบอีกว่า แรงกระตุ้นทำให้นิสิตนักศึกษามีการ เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางกายไปในทิศทางที่ดี และ ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ เฉลิมพล สุทธิจรรยา (Sutthajunya, 2006) ที่พบว่า แรงสนับสนุนจากสังคม ในการสร้างเสริมสุขภาพมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม สร้างเสริมสุขภาพ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ มัสสุโมโตะ และทาเคนากะ (Matsumoto and Takenaka, 2004) ที่พบว่า แรงจูงใจและแรงกระตุ้น มีส่วนในการสร้างกำลังใจให้นิสิตนักศึกษามีกิจกรรม ทางกายเพื่อเสริมสร้างสุขภาพ ตามที่ได้รับแรงกระตุ้น

นั้นๆ กล่าวคือ แรงจูงใจมากการปฏิบัติก็จะมาก แรงจูงใจ น้อยพฤติกรรมการปฏิบัติก็จะน้อยตามไป

สรุปผลการวิจัย

พฤติกรรมที่มีกิจกรรมทางกายของนิสิตนักศึกษา ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง การมีความรู้ไม่ได้ หมายความว่าจะมีพฤติกรรมที่มีกิจกรรมทางกายมาก แต่ ทศนคติ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริมจะช่วยสนับสนุน ส่งเสริมให้มีกิจกรรมทางกายมากขึ้น ดังนั้นสถาบัน อุดมศึกษาควรจัดสภาพแวดล้อมในการมีกิจกรรม ทางกาย ให้เพียงพอกับความต้องการของนิสิตนักศึกษา และจัดกิจกรรมส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายให้นิสิต นักศึกษามีกิจกรรมทางกายเพิ่มขึ้น

ข้อเสนอแนะจากงานวิจัย

1. สถาบันอุดมศึกษาควรจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อ อำนวยให้นิสิตนักศึกษามีกิจกรรมทางกายเพิ่มขึ้น
2. สถาบันอุดมศึกษาควรจัดกิจกรรมส่งเสริม การมีกิจกรรมทางกายให้นิสิตนักศึกษามีส่วนร่วม เพื่อให้มีกิจกรรมทางกายเพิ่มขึ้น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ศึกษาความสัมพันธ์ขนาดของสถานศึกษาที่มี ผลต่อการมีกิจกรรมทางกายของนิสิตนักศึกษา
2. ศึกษาความสัมพันธ์นโยบายของสถานศึกษา กับการมีกิจกรรมทางกายของนิสิตนักศึกษา

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์คณะ วิทยาศาสตร์การกีฬาที่มอบความรู้ และขอกราบ ขอบพระคุณ ดร.รุจน์ เลหาภักดี เป็นอย่างสูงที่เป็น ผู้ให้คำปรึกษาในการทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง.

- Aunprommee, M. (2009). **Physical Activity in the First Year Nursing Student from Boromarajonani College of Nursing, Nakhon Ratchasima: The study of the Transtheoretical Model and the Stages of Change**. Boromarajonani College Of Nursing Nakhon Ratchasima.
- Chaichalard, N. (2008). **A Study of Problem and Students Opinion for Sports of The Students in Naresuan University**. Naresuan University.
- Health Education Division. (2012). **Health Update**. Website: <http://www.hed.go.th>
- Keawvilai, S. (2009). **The Predictive on Exercise Behaviors of Undergraduate Students were also explored**. Rajamangala University of Technology Phra Nakhon.
- Kengganpanich, T. (2003). **Academic Conference in Health-Related Physical Activity**. Department of Health. Ministry of Public Health. Thai Health.
- Kuder, G. F. ; M. W. Richardson (1937). **The theory of the estimation of test reliability**. Psychometrika, 2: 151-160. Website: [http://en.wikipedia.org/wiki/Kuder-Richardson__Formula__20](http://en.wikipedia.org/wiki/Kuder-Richardson_Formula__20)
- Leemingsawat, W. Chakraphan, D. Benjapalakorn, B. Kamawatanaet, U. Siripatt, A. (2007). **A Study of Exercise Behaviors of Student in Higher Education Institutes**. Thai Health. Bangkok.
- Matsumoto, H. Takenaka, K. (2004). **Motivational Profiles and Stages of Exercise Behavior Change**. Doctoral Dissertation. Graduate School of Human Science. Waseda University.
- Office of the Higher Education Commission. (2011). **Annuaire Report 2011**. Bangkok
- Praekhaow, P. (2010). **Behavior on Exercise of the Students: Case Study in KMUTT**. King Mongkut's University of Technology Thonburi.
- Polnin, S. (2012). **The Exercise Behaviors of Undergraduate Students in Institutes of Physical Education, in South Campus Regions**. Institute of Physical Education Chumphon. Chumphon.
- Sukonthasab, S. (2002). **A Study of Health Behaviors of Chulalongkorn University Students**. Faculty of Sport Science, Chulalongkorn University.
- Sumkaew, J. (2002). **Physical Exercise Behaviors for Health of Nursing Students in Bangkok metropolis**. Master. Education (Health Education) Chulalongkorn University. Graduate School. Bangkok.
- Sutthajunya, C. (2006). **Factors Related to the Exercise Behaviors of Rajabhat Institutes Undergraduate Students IN Bangkok Metropolis**. Master. Arts (Sport Management) Mahidol University. Graduate School. Bangkok.
- Thai Health. **Master Plan 2011-2013**. Bangkok, 2011.
- Yamane, T. (1973) Statistics : **An Introductory Analysis**. 3rd ed. Tokyo : Harper International Education. Tokyo.

แนวทางการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแหล่งน้ำพุร้อน ในภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทย

อริศรา ห่องทรัพย์ และกุลพิชญ์ โภคิยอุดม

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพทั่วไป ปัญหาการจัดการ ความต้องการการพัฒนา และพัฒนาแนวทางการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแหล่งน้ำพุร้อนในภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทย

วิธีดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยได้กำหนดวิธีการดำเนินการวิจัยเป็น 2 ขั้นตอน โดยขั้นตอนที่ 1 ใช้แบบสำรวจสภาพทั่วไปและปัญหาการจัดการโดยการสำรวจแหล่งท่องเที่ยว และใช้แบบสอบถามความต้องการการพัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยว เก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มบุคคลผู้เกี่ยวข้องในการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแหล่งน้ำพุร้อนจำนวนทั้งสิ้น 400 คน ผลการวิจัยในขั้นตอนที่ 1 จะนำไปพัฒนาเป็นแบบสอบถามในขั้นตอนที่ 2 และขั้นตอนที่ 2 ใช้แบบสอบถามพิจารณาความเป็นไปได้ที่จะนำแนวทางไปพัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยว เก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญด้านการท่องเที่ยว และเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลรับผิดชอบแหล่งท่องเที่ยวจำนวน 30 คน และนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์หาค่าทางสถิติ โดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย ความเป็นไปได้ที่จะนำแนวทางไปพัฒนาการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแหล่งน้ำพุร้อน

ในภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทย โดยภาพรวมมีความคิดเห็นอยู่ในระดับ มากที่สุด

สรุปผลการวิจัย ปัญหาการจัดการแหล่งท่องเที่ยว 9 ประเด็นสำคัญ ได้แก่ การประชาสัมพันธ์ การปรับปรุงภูมิทัศน์ รถโดยสารรับส่ง สภาพสิ่งอำนวยความสะดวก สิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุและผู้พิการ อัตราค่าบริการที่เหมาะสม ป้ายนิทรรศการแนะนำกิจกรรมในเทศกาลพิเศษ และความปลอดภัยพื้นฐาน

ความต้องการการพัฒนาการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแหล่งน้ำพุร้อน พบว่ามีความต้องการพัฒนายู่ในระดับ มาก ทุกด้าน

การเปรียบเทียบความต้องการการพัฒนาการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแหล่งน้ำพุร้อน จากกลุ่มบุคคลผู้เกี่ยวข้องในการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแหล่งน้ำพุร้อนมีความต้องการพัฒนาไม่แตกต่างกัน

ความคิดเห็นเกี่ยวกับแนวทางการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแหล่งน้ำพุร้อนอยู่ในระดับ มากที่สุด มีทั้งหมด 5 ด้าน 12 ประเด็นสำคัญ

คำสำคัญ: แนวทางพัฒนา / การจัดการการท่องเที่ยว / แหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ / น้ำพุร้อน/ภาคเหนือ

THE GUIDELINES FOR DEVELOPING HOT SPRING RESOURCE IN HEALTH TOURISM DESTINATION MANAGEMENT IN NORTHERN THAILAND

Arissara Hongsup and Gulapish Pookaiyudom

Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University

Abstract

Purposes The purposes of this research were to study the recent situations, management problems, development requirements and to develop the management guidelines to develop hot spring resources in health tourism destination in northern Thailand.

Methods These research methods were composed of 2 stages. In the first one, the surveys of recent situations and management problems collecting data regarding destination exploration along with development requirements questionnaires were used. Data were collected from the 400 samples which the groups of people who are involved in Health Tourism hot springs. The output of the first stage research was used in order to develop the second stage research methods. In the second stage, questionnaires regarding the consideration of possibility of the guidelines for developing tourism destination management were used. In this stage, data were collected from 30 samples of tourism expertise and the officers having responsibilities in tourism. Thereafter, data were statistically analyzed in percentage, mean, standard deviation.

Results The possibility of the guidelines for developing hot spring health tourism destination management in northern Thailand, in summary, the overall opinions were ranked in the high-level

Conclusion Problems destination managements are 9 main issues. Consisting of: Publicity, Landscape improvements, Shuttle bus, Amenities, Facilities for the elderly and disabled, Reasonable rates, Labels exhibition, Special Events and basic safety

Management development requirements health tourism hot springs. Found that there was a need to develop a high level on all sides.

A comparison of management development requirements health tourism hot springs. the groups of people who are involved in Health Tourism hot springs. There is a need to develop not different way.

Opinion about the Development of Health Tourism in Hot Springs has all 5 sides 12 major issues.

Key Words: Guidelines of development / Tourism management / Health tourism destination / Hot springs / Northern Thailand

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ประเทศไทยได้เปลี่ยนมุมมองของประเทศเป็นประเทศผู้นำด้านการท่องเที่ยวและการคมนาคมทางอากาศในภูมิภาคอาเซียน จากการตกลงการเปิดเสรีด้านการค้าสินค้าและบริการ 12 สาขา ประเทศไทยได้รับมอบหมายทำหน้าที่รับผิดชอบเป็นผู้ประสานงานหลักด้านการท่องเที่ยวและด้านสายการบิน การที่ประเทศไทยได้รับให้เป็นประเทศผู้ประสานงานหลักในสาขาการท่องเที่ยวและสาขาการบิน สอดคล้องกับนโยบายของรัฐบาลที่จะผลักดันให้ไทยเป็นศูนย์กลางของการท่องเที่ยวและการบินในภูมิภาคอาเซียน (Department of Trade Negotiations, 2009 : Online) จากสถานการณ์การท่องเที่ยวไทยของนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศในช่วง 9 เดือนแรกของปี 2556 มีทิศทางที่สดใส ทั้งจำนวนนักท่องเที่ยวและรายได้เติบโตร้อยละ 23 เป็นไปในทิศทางเดียวกัน โดยมีจำนวนนักท่องเที่ยวประมาณ 19.67 ล้านคน สร้างรายได้ทางการท่องเที่ยวประมาณ 853,122 ล้านบาท (The Tourism Authority of Thailand, 2013 : Online) อุตสาหกรรมท่องเที่ยวถือเป็นสาขาหนึ่งของการค้าบริการ ซึ่งถือว่ามีความสำคัญเป็นอย่างมากต่อเศรษฐกิจของหลายประเทศ เนื่องจากเป็นแหล่งที่มาของเงินตราต่างประเทศและแหล่งที่มาของการจ้างงานที่สำคัญ

ด้านการท่องเที่ยวที่ประเทศไทยมีภาพลักษณ์ที่โดดเด่น คือธรรมชาติทำให้เกิดการท่องเที่ยวด้านการท่องเที่ยวทางธรรมชาติ (Natural Tourism) และความมีชื่อเสียงด้านการบริการสุขภาพและการแพทย์ทำให้เกิดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพและสปา (Spa and Wellness Tourism) รัฐบาลได้กำหนดยุทธศาสตร์การพัฒนาให้ประเทศไทยเป็นศูนย์กลางสุขภาพและการบำบัดรักษาของเอเชีย (Medical Hub of Asia) ซึ่งธุรกิจสปาเป็นหนึ่งในธุรกิจหลักในแผนยุทธศาสตร์นี้ และเป็นที่รู้จักกันอย่างแพร่หลายในกลุ่มนักท่องเที่ยว

ชาวต่างชาติ และต่างให้การยอมรับด้านการบริการในธุรกิจสปาของประเทศไทย (Ministry of Public Health Bureau of Policy and Strategy, 2014)

แหล่งท่องเที่ยวของประเทศไทยที่สะท้อนภาพลักษณ์ของการท่องเที่ยวไทย ทั้งทางด้านการท่องเที่ยวทางธรรมชาติและการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพควบคู่กัน ได้แก่ แหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ ทั้งนี้ทำให้ภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทยมีแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ เป็นความโดดเด่นของแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติที่ผสมผสานทั้งทางด้านความเป็นธรรมชาติและทางด้านการส่งเสริมสุขภาพและสปา ทั้งนี้เพราะปัจจุบันคนส่วนใหญ่หันมาใส่ใจดูแลสุขภาพมากขึ้น การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ จึงถือได้ว่าเป็นรูปแบบการดูแลสุขภาพที่เรียกว่า “ธรรมชาติบำบัด” โดยการใช้ธรรมชาติในการบำบัดรักษาหรือเสริมสร้างสุขภาพนั้นเป็นการผ่อนคลายทำให้เกิดความสุขทั้งทางร่างกายและทางจิตใจควบคู่กัน (Junhasavasdikul, 2003) เป็นแหล่งท่องเที่ยวที่ผสมผสานอย่างลงตัวในภาพลักษณ์อันโดดเด่นของการท่องเที่ยวของประเทศไทย

ผู้วิจัยจึงเห็นความสำคัญของการศึกษาแนวทางการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนในภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทย ให้เกิดการพัฒนาแหล่งท่องเที่ยวให้ดีขึ้น มีความพร้อมที่จะรองรับนักท่องเที่ยวที่มีแนวโน้มเพิ่มขึ้น ที่จะเข้ามาใช้บริการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติของประเทศไทย เป็นการสร้างภาพลักษณ์ที่ดีของการท่องเที่ยวของประเทศไทย ยังคงไว้ซึ่งความเป็นธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมที่สวยงาม และประเทศไทยมีศักยภาพในเรื่องการบริการทางด้านการแพทย์ทั้งในด้านบุคลากรและเทคโนโลยีที่ทันสมัย ตลอดจนเรื่องค่าใช้จ่ายที่น้อยกว่าเมื่อเปรียบเทียบกับประเทศคู่แข่งอื่นๆ การจัดการแหล่งท่องเที่ยวจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง

ต่อการพัฒนาแหล่งท่องเที่ยว ผู้วิจัยจึงทำการศึกษาสภาพทั่วไป ปัญหาและความต้องการการพัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนในภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทย และพัฒนาแนวทางการพัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนในภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทย และสามารถนำไปใช้พัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อน อย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อพัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนในภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทย ให้มีมาตรฐานแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนทั้งในระดับประเทศและในระดับนานาชาติได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพทั่วไป ปัญหา และความต้องการพัฒนาการจัดการของแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนในภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทย
2. เพื่อพัฒนาแนวทางการพัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนในภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทย

วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ใช้วิธีวิจัยเชิงปริมาณและได้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย รับรองเมื่อวันที่ 26 มกราคม 2558 โดยแบ่งขั้นตอนการวิจัยออกเป็น 2 ขั้นตอน

วิธีดำเนินการวิจัยขั้นตอนที่ 1

ศึกษาสภาพทั่วไป ปัญหาและความต้องการพัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนในภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทย เพื่อนำผลการวิจัยไปพัฒนาแนวทางการจัดการในขั้นตอนที่ 2 ต่อไป

พื้นที่ที่ทำการศึกษา

พื้นที่ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่อศึกษาสภาพทั่วไปของแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนในภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทย ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการเลือกพื้นที่ โดยมีคุณสมบัติ 2 ประการ ได้แก่ 1. แหล่งน้ำพุร้อนที่มีองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดูแลรับผิดชอบ 2. แหล่งน้ำพุร้อนที่ได้รับการพัฒนาให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวแล้ว เนื่องจากแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนที่มีองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดูแลรับผิดชอบนั้น มีแนวทางการดำเนินงานที่เหมือนกัน ทั้งนี้จำนวนพื้นที่ที่ทำการศึกษาโดยอยู่ในภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทยทั้งหมด 5 จังหวัด ได้แก่ จังหวัดเชียงราย 5 แห่ง จังหวัดเชียงใหม่ 2 แห่ง จังหวัดแม่ฮ่องสอน 1 แห่ง จังหวัดลำปาง 1 แห่ง จังหวัดแพร่ 1 แห่ง ดังนั้นพื้นที่ที่ทำการศึกษามีจำนวนทั้งสิ้น 10 แห่ง

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มบุคคลผู้เกี่ยวข้องในการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแหล่งน้ำพุร้อนในภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทย ได้แก่ เจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นผู้รับผิดชอบแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อน ประชาชนในชุมชนท้องถิ่น/ผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยวในบริเวณแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อน และนักท่องเที่ยวชาวไทยในแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนในภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทย เนื่องจากมีขนาดกลุ่มประชากรจำนวนมาก ไม่สามารถกำหนดจำนวนกลุ่มประชากรทั้งหมดได้ จากตารางขนาดกลุ่มตัวอย่างสำเร็จรูปของ ทาโร่ ยามาเน่ (Yamane, 1972) ขนาดกลุ่มประชากรจำนวนไม่สิ้นสุด ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% และความคลาดเคลื่อน $\pm 5\%$ ดังนั้นขนาดของกลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้รวมทั้งสิ้น 400 คน

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. ศึกษาข้อมูลจากเอกสาร บทความ ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย

2. สร้างแบบสำรวจและแบบสอบถาม จากนั้น นำแบบสำรวจและแบบสอบถามที่สร้างขึ้น เสนอต่อ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อขอคำแนะนำ แล้ว ทำการแก้ไขปรับปรุงตามข้อเสนอแนะ

3. หาคคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยให้ผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้องจำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความตรงของเนื้อหา (Content Validity) โดยการหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับ วัตถุประสงค์ (Index of Item-Objective Congruence: IOC) ซึ่งแบบสำรวจ มีค่าดัชนีได้เท่ากับ 0.90 และ แบบสอบถาม มีค่าดัชนีได้เท่ากับ 1.00 จากนั้นพิจารณา ข้อเสนอแนะในบางประเด็นมาปรับปรุงให้ชัดเจนและเหมาะสมในเนื้อหา

4. นำแบบสอบถาม ไปทดสอบก่อนนำไปใช้จริง (Try Out) กับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยจริง จำนวน 30 คน เพื่อตรวจสอบความเที่ยง (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติในการคำนวณ พบว่า แบบสอบถามที่ใช้วัดมีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค เท่ากับ 0.851 สามารถนำไปใช้ในการดำเนินการต่อไปได้

5. ผู้วิจัยเสนอขอรับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย และได้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดย รับรองโครงการวิจัยเมื่อวันที่ 26 มกราคม 2558 โครงการวิจัยที่ 202.1/57

6. ผู้วิจัยทำหนังสือแนะนำตัวจากคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถึงองค์การปกครอง

ส่วนท้องถิ่นที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขออนุญาตการเก็บรวบรวมข้อมูล

7. นำแบบสำรวจและแบบสอบถามไปเก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยเดินทางไปเก็บรวบรวมข้อมูลแต่ละพื้นที่ด้วยตนเองและมีผู้ช่วยเก็บข้อมูลวิจัยเดินทางไปพร้อมกัน 1 คน

8. ผู้วิจัยทำการแบ่งเก็บรวบรวมข้อมูลแบบสำรวจในพื้นที่ที่ทำการศึกษาแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ น้ำพุร้อนทั้งสิ้น 10 แห่ง ทำการเก็บข้อมูลแบบสอบถามจากกลุ่มเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นผู้รับผิดชอบแหล่งท่องเที่ยว จำนวนทั้งสิ้น 3 คนต่อ 1 แห่ง กลุ่มประชาชนในชุมชนท้องถิ่น/ผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยวในบริเวณแหล่งท่องเที่ยวจำนวนทั้งสิ้น 5 คนต่อ 1 แห่ง และกลุ่มนักท่องเที่ยวชาวไทยที่เดินทางมาท่องเที่ยวในแหล่งท่องเที่ยวจำนวนทั้งสิ้น 32 คนต่อ 1 แห่ง เป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 400 คน

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติพรรณนา โดยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปทางคอมพิวเตอร์ และนำเสนอผลการวิเคราะห์ ดังนี้

1. นำข้อมูลจากแบบสำรวจสภาพทั่วไปและปัญหาการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ มาวิเคราะห์โดยใช้สถิติพรรณนา แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

2. นำข้อมูลจากแบบสอบถามเกี่ยวกับความต้องการพัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ น้ำพุร้อนธรรมชาติ มาวิเคราะห์โดยใช้สถิติพรรณนา การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์ความแปรปรวน เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย “ANOVA” ผู้วิจัยคำนวณโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางคอมพิวเตอร์ แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

3. การทดสอบความมีนัยสำคัญความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความต้องการของผู้ตอบแบบสอบถามระหว่าง 3 กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ กลุ่มเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้รับผิดชอบแหล่งท่องเที่ยว กลุ่มประชาชนในชุมชนท้องถิ่น/ผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยวในบริเวณแหล่งท่องเที่ยว และกลุ่มนักท่องเที่ยวชาวไทยที่เดินทางมาท่องเที่ยวในแหล่งท่องเที่ยว โดยการทดสอบ “ANOVA” เพื่อพิจารณาความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการของทั้ง 3 กลุ่มตัวอย่าง ว่าแตกต่างกันหรือไม่ หากความคิดเห็นไม่แตกต่าง ผู้วิจัยจะถือว่าทั้ง 3 กลุ่มตัวอย่างเห็นด้วยกับความต้องการพัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยวน้ำพุร้อนเหมือนกัน โดยมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

4. นำข้อมูลจากแบบสอบถามความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ เกี่ยวกับแนวทางพัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อน แบบปลายเปิดมาสรุปโดยการวิเคราะห์แล้วนำเสนอเป็นรายชื่อ

วิธีดำเนินการวิจัยขั้นตอนที่ 2

พิจารณาความเป็นไปได้ที่จะนำแนวทางไปพัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนในภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จ

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จากผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญด้านการท่องเที่ยว ผู้บริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และเจ้าพนักงาน/เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อน จำนวน 30 คน

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. สรุปวิเคราะห์ข้อมูลจากการดำเนินการวิจัยขั้นตอนที่ 1 แล้วนำมาร่างเป็นแนวทางพัฒนาการจัดการของแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติสร้างให้เป็นแบบสอบถามความเป็นไปได้ที่จะนำแนวทางไปพัฒนาการจัดการของแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อน

2. นำแบบสอบถาม ที่สร้างขึ้นไปปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อตรวจสอบแก้ไขปรับปรุงให้เป็นเครื่องมือวิจัยที่มีคุณภาพ

3. ผู้วิจัยเสนอขอรับการพิจารณารายงานความก้าวหน้าโครงการวิจัย และได้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยอนุมัติให้ดำเนินการโครงการวิจัยต่อไปได้เมื่อวันที่ 30 เมษายน 2558 โครงการวิจัยที่ 202.1/57

4. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลกับผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญด้านการท่องเที่ยว ผู้บริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เจ้าพนักงาน/เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อน

5. ผู้วิจัยทำหนังสือแนะนำตัวจากคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยถึง ผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญด้านการท่องเที่ยว และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นผู้รับผิดชอบแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อน เพื่อขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

6. นำแบบสอบถามไปเก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยเดินทางไปส่งและรับแบบสอบถามกลับคืนด้วยตนเองจากผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญด้านการท่องเที่ยว และจัดส่งหนังสือพร้อมแบบสอบถามทางไปรษณีย์ไปยังองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทั้ง 10 แห่ง และขอความกรุณาให้ส่งแบบสอบถามนั้นกลับคืนมาทางไปรษณีย์

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา โดยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปทางคอมพิวเตอร์ และนำเสนอผลการวิเคราะห์ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม มาวิเคราะห์โดยใช้สถิติพรรณนา แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

2. ข้อมูลจากความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ที่จะนำแนวทางการพัฒนาการจัดการของแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนในภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทย ให้ประสบความสำเร็จ มาวิเคราะห์เพื่อหาค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

3. นำข้อมูลจากแบบสอบถาม แบบปลายเปิด มาสรุปโดยการวิเคราะห์ และนำเสนอเป็นรายชื่อ

4. นำผลที่ได้จากการวิเคราะห์มาพิจารณาปรับปรุงแก้ไข เรียงเรียงเป็นแนวทางการจัดการของแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนในภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทย นำเสนอในแต่ละด้าน และแสดงรายละเอียดเป็นข้อย่อที่มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด

ผลการวิจัย

1. ผลการสำรวจแหล่งท่องเที่ยวน้ำพุร้อนทั้ง 10 แห่ง พบว่า แหล่งท่องเที่ยวน้ำพุร้อนส่วนใหญ่มีปัญหาเรื่อง ไม่มีบริการรถรับส่งโดยสาร 7 แห่ง ห้องสุขา/ห้องแช่น้ำพุร้อน ไม่อยู่ในสภาพที่เหมาะสม ต้องปรับปรุงเรื่องของความสะอาด 7 แห่ง ไม่มีบริการที่พักสำหรับนักท่องเที่ยวในบริเวณใกล้เคียง 7 แห่ง

ไม่มีสิ่งอำนวยความสะดวก สำหรับผู้พิการและผู้สูงอายุ 9 แห่ง ไม่มีมัคคุเทศก์หรือผู้นำชมแหล่งท่องเที่ยว 10 แห่ง ไม่มีการจัดโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในแหล่งท่องเที่ยว 6 แห่ง ไม่มีป้ายนิเทศการแนะนำแหล่งท่องเที่ยว 7 แห่ง ไม่มีจุดบริการตู้กดเงินสดให้บริการ 10 แห่ง ไม่มีห้องพยาบาล/สถานพยาบาลหรือจุดปฐมพยาบาลเบื้องต้นรองรับนักท่องเที่ยวในแหล่งท่องเที่ยว 7 แห่ง

2. ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความต้องการพัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ จากเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นผู้รับผิดชอบแหล่งท่องเที่ยวประชาชนในชุมชนท้องถิ่น/ผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยวในบริเวณแหล่งท่องเที่ยว และนักท่องเที่ยวชาวไทยที่เดินทางมาท่องเที่ยวในแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความต้องการพัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติโดยภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ทุกด้าน ดังแสดงในตารางที่ 1

3. ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวน โดยทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของความต้องการพัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ (ANOVA) ระหว่างเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นผู้รับผิดชอบแหล่งท่องเที่ยวประชาชนในชุมชนท้องถิ่น/ผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยวในบริเวณแหล่งท่องเที่ยว และนักท่องเที่ยวชาวไทยที่เดินทางมาท่องเที่ยวในแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อน พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความต้องการพัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ น้ำพุร้อนธรรมชาติ รวม 6 ด้าน

องค์ประกอบด้านต่าง ๆ	N = 400		ระดับความต้องการ
	$\bar{X}$	SD	
1. ด้านสิ่งดึงดูดใจในแหล่งท่องเที่ยว	3.20	0.699	มาก
2. ด้านความสามารถในการเข้าถึงแหล่งท่องเที่ยว	2.99	0.784	มาก
3. ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกในแหล่งท่องเที่ยว	3.12	0.767	มาก
4. ด้านการจัดโปรแกรมการท่องเที่ยว	2.77	0.777	มาก
5. ด้านกิจกรรมในแหล่งท่องเที่ยว	2.96	0.758	มาก
6. ด้านการบริการเสริมในแหล่งท่องเที่ยว	2.99	0.827	มาก
รวม	3.00	0.768	มาก

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของความต้องการพัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ ระหว่าง เจ้าหน้าที่ ประชาชนฯ และนักท่องเที่ยว รวม 6 ด้าน

องค์ประกอบด้านต่าง ๆ	เจ้าหน้าที่		ประชาชนฯ		นักท่องเที่ยว		รวม		F	p
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
1. ด้านสิ่งดึงดูดใจในแหล่งท่องเที่ยว	3.31	0.693	3.25	0.683	3.18	0.703	3.20	0.699	0.978	0.440
2. ด้านความสามารถในการเข้าถึงแหล่งท่องเที่ยว	3.01	0.796	3.01	0.801	2.99	0.780	2.99	0.784	0.657	0.602
3. ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกในแหล่งท่องเที่ยว	3.24	0.739	3.12	0.848	3.10	0.755	3.12	0.767	1.208	0.437
4. ด้านการจัดโปรแกรมการท่องเที่ยว	2.92	0.798	2.85	0.822	2.75	0.767	2.77	0.777	1.300	0.316
5. ด้านกิจกรรมในแหล่งท่องเที่ยว	3.01	0.866	3.08	0.710	2.94	0.753	2.96	0.758	0.832	0.592
6. ด้านการบริการเสริมในแหล่งท่องเที่ยว	2.98	0.865	3.00	0.832	3.00	0.823	2.99	0.827	0.538	0.629
รวม	3.08	0.793	3.05	0.783	2.99	0.763	3.00	0.768	0.919	0.503

4. ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความคิดเห็นเกี่ยวกับแนวทางพัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติจากผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญด้านการท่องเที่ยว ผู้บริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความคิดเห็นเกี่ยวกับ

แนวทางพัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ โดยภาพรวมเห็นด้วยอยู่ในระดับมากที่สุด และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านที่มีความเป็นไปได้ที่จะนำแนวทางไปพัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยวน้ำพุร้อนธรรมชาติ อยู่ในระดับมากที่สุด มี 5 ด้าน และมีความคิดเห็นในระดับมากมี 2 ด้าน ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความคิดเห็นเกี่ยวกับแนวทางพัฒนาการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ รวม 7 ด้าน

องค์ประกอบด้านต่าง ๆ	N = 30		ระดับความคิดเห็น
	$\bar{X}$	SD	
1. ด้านสิ่งดึงดูดใจในแหล่งท่องเที่ยว	3.57	0.514	มากที่สุด
2. ด้านความสามารถในการเข้าถึงแหล่งท่องเที่ยว	3.21	0.580	มาก
3. ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกในแหล่งท่องเที่ยว	3.50	0.486	มากที่สุด
4. ด้านการจัดโปรแกรมการท่องเที่ยว	3.39	0.436	มากที่สุด
5. ด้านกิจกรรมในแหล่งท่องเที่ยว	3.22	0.471	มาก
6. ด้านการบริการเสริมในแหล่งท่องเที่ยว	3.27	0.536	มากที่สุด
7. ด้านการบริหารจัดการแหล่งท่องเที่ยว	3.33	0.365	มากที่สุด
รวม	3.36	0.396	มากที่สุด

อภิปรายผลการวิจัย

แนวทางพัฒนาการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแหล่งน้ำพุร้อนในภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทย พบว่าความคิดเห็นเกี่ยวกับแนวทางพัฒนาการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแหล่งน้ำพุร้อนอยู่ในระดับมากที่สุด มีทั้งหมด 5 ด้าน 12 ประเด็นสำคัญ ดังนี้

1. องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นที่รับผิดชอบดูแลแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ ควรมีการประชาสัมพันธ์แหล่งท่องเที่ยวน้ำพุร้อนธรรมชาติ ให้เป็นที่รู้จักมากขึ้น โดยการใช้สื่อออนไลน์ต่าง ๆ เช่น Web page, Facebook, Social media เป็นต้น เพราะปัจจุบันสื่อออนไลน์ได้รับความนิยมอย่างมาก อีกทั้งเป็นช่องทางการประชาสัมพันธ์ที่ง่ายต่อการเข้าถึง และมีค่าใช้จ่ายน้อยที่สุด สอดคล้องกับ ลัคณ์สมน มังมีทรัพย์ (Mangmeesup, 2009) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง สื่อประชาสัมพันธ์ที่มีผลต่อการตัดสินใจในการท่องเที่ยวของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ พบว่า สื่อประชาสัมพันธ์ มีอิทธิพลในการส่งผลต่อการเดินทางไปท่องเที่ยวในระดับ มาก ซึ่งผู้ประกอบการ

การท่องเที่ยวหลายแห่ง หรือแม้กระทั่งในระดับนานาชาติ ใช้สื่อเป็นเครื่องมือในการประชาสัมพันธ์ จากการวิจัยพบว่า สื่อประชาสัมพันธ์ส่งผลต่อการตัดสินใจในการเดินทางไปท่องเที่ยว ถ้าต้องการขยายการประชาสัมพันธ์การท่องเที่ยว สื่อประชาสัมพันธ์จะเป็นเครื่องมือที่ดีในการเร่งการตัดสินใจเดินทางมาท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยว

2. องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นที่รับผิดชอบดูแลแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ ควรปรับปรุงสถานที่ท่องเที่ยวโดยเน้นการตกแต่งให้มีความสวยงาม มีการปลูกไม้ดอกไม้ประดับ ให้มีความเป็นธรรมชาติ รวมถึงให้มีความร่มรื่นจากเงาต้นไม้ใหญ่ รวมทั้งสร้างเอกลักษณ์เฉพาะถิ่นของตนเองที่โดดเด่น น่าสนใจ ผู้วิจัยมีความเห็นว่า ทั้งนี้อาจเป็นเพราะเมื่อนักท่องเที่ยวเข้ามาเยือนแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติที่มีความสวยงามดังกล่าวแล้ว จะทำให้นักท่องเที่ยวเกิดความพึงพอใจที่อาจส่งผลต่อการกลับมาใช้บริการหรือเยือนอีกครั้ง (Revisit) หรืออย่างน้อยเกิดการบอกปากต่อปาก (Word-of-Mouth)

ให้กับนักท่องเที่ยวรายอื่นๆ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ชี้อและชีวี (Chi and Qu, 2008) กล่าวว่า ลักษณะทางกายภาพที่ดีของแหล่งท่องเที่ยวส่งผลต่อการกลับมาเยี่ยมเยือนของนักท่องเที่ยว และยังสอดคล้องกับ โกเวอร์ และคณะ (Gover et al., 2007) ซึ่งกล่าวถึงการบอกกันปากต่อปากเป็นสื่อที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจท่องเที่ยวมากที่สุดและสอดคล้องกับ จามร วังศรีแก้ว และสมบัติ กาจนกิจ (Wangsrikaew and Kanchanakit, 2011) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง แนวทางการพัฒนาศักยภาพแหล่งท่องเที่ยวในจังหวัดอุบลราชธานี พบว่า แหล่งท่องเที่ยวที่นักท่องเที่ยวต้องการเดินทางเข้าไปท่องเที่ยวที่นั่นย่อมต้องมีสิ่งดึงดูดใจที่ช่วยกระตุ้นให้นักท่องเที่ยวมีความต้องการเดินทางไปสัมผัสแหล่งท่องเที่ยวที่นั่นๆ โดยการศึกษาวิจัยพบว่านักท่องเที่ยวมีความต้องการด้านแหล่งท่องเที่ยวอยู่ในระดับ มาก

3. องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นที่รับผิดชอบดูแลแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ ควรปรับปรุงเรื่องความสะดวกโดยรวมของสถานที่ท่องเที่ยว กำหนดกองขยะเศษขยะต่างๆ กำหนดตะกอนในบ่อน้ำพุร้อน และกำจัดพื้นที่ที่เหวี่ยง กำจัดความเสื่อมโทรมของสิ่งรกรุงรังต่างๆ ให้มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย สะอาดตา และควรปรับปรุงพื้นที่รอบบ่อน้ำพุร้อนที่เป็นพื้นดินพื้นทราย เพื่อไม่ให้ดินทรายตกลงไปในบ่อน้ำพุร้อน ผู้วิจัยมีความเห็นว่าความสะดวกของแหล่งท่องเที่ยวสามารถดึงดูดนักท่องเที่ยวให้มาเยือนได้ และเพื่อให้แหล่งท่องเที่ยวได้รับมาตรฐานคุณภาพแหล่งท่องเที่ยว สอดคล้องกับ กรมการท่องเที่ยว (Department of Tourism, 2012) เสนอไว้ใน “คู่มือการประเมินมาตรฐานคุณภาพแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพประเภทน้ำพุร้อนธรรมชาติ” ซึ่งกล่าวว่า ควรมีการจัดการด้านการกำจัดของเสียต่างๆ อย่างถูกต้อง ไม่ก่อให้เกิดมลพิษด้านต่างๆ ต่อแหล่งท่องเที่ยว น้ำพุร้อนและพื้นที่โดยรอบ และไม่รบกวนกิจกรรมการท่องเที่ยว รวมถึงการจัดการด้าน

สิ่งก่อสร้างต่างๆ ที่จะส่งผลกระทบต่อทัศนียภาพของลักษณะภูมิประเทศ

4. องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นที่รับผิดชอบดูแลแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ ควรจัดให้มีสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ และผู้พิการ ในห้องสุขา ห้องแช่น้ำพุร้อน และห้องอาบน้ำพุร้อน ผู้วิจัยมีความเห็นว่า สิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ และผู้พิการ เป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ เพื่อความปลอดภัยของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ และผู้พิการ ที่มาใช้บริการ สอดคล้องกับ ฮันเตอร์-โจนส์ และ แบล็คเบิร์น (Hunter-Jones and Blackburn, 2007) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างการพักผ่อนในวันหยุดและการประเมินสุขภาพของตนเอง กรณีศึกษาการท่องเที่ยวของผู้สูงอายุ กล่าวว่า ผู้สูงอายุให้ความสนใจในการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ มีความพอใจที่จะเดินทางไปท่องเที่ยวในสถานที่ท่องเที่ยวที่มีความพร้อมทางด้านสิ่งอำนวยความสะดวกในแหล่งท่องเที่ยว เช่น รวบรวมในห้องพัก/ห้องแช่น้ำพุร้อน ทางลาด เป็นต้น ดังนั้นสิ่งอำนวยความสะดวกในแหล่งท่องเที่ยวจึงมีความสำคัญต่อแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

5. องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นที่รับผิดชอบดูแลแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ ควรซ่อมแซมห้องสุขา ห้องแช่น้ำพุร้อน และห้องอาบน้ำพุร้อน ให้มีสภาพที่ดี ดูแลรักษาความสะดวก ปรับปรุงการตกแต่งห้องแช่น้ำพุร้อนให้มีความสวยงามเป็นธรรมชาติ ดึงดูดนักท่องเที่ยวให้เข้ามาใช้บริการ เช่น การใช้วัสดุจากธรรมชาติในการตกแต่ง ประดับด้วยต้นไม้ดอกไม้ประดับไว้ภายในห้อง ปูพื้นด้วยหินแทนกระเบื้อง พ่นกำแพงลายหินหรือไม้ไผ่ ใช้วัสดุที่เป็นเอกลักษณ์หรือมีในท้องถิ่น จะสามารถดึงดูดนักท่องเที่ยวให้เข้ามาสัมผัสบรรยากาศความเป็นธรรมชาติที่สวยงามขณะใช้บริการได้ เมื่อมีนักท่องเที่ยวเข้ามาใช้บริการในแหล่ง

ท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติที่สวยงาม นักท่องเที่ยวก็จะเป็นผู้ประชาสัมพันธ์แหล่งท่องเที่ยว โดยใช้สื่อออนไลน์ของตนต่อสังคมออนไลน์ เป็นการประชาสัมพันธ์แหล่งท่องเที่ยวในทางอ้อมเช่นกัน สอดคล้องกับ บุญเลิศ จิตตั้งวัฒนา (Jittangwatana, 2006) กล่าวว่า นักท่องเที่ยวมีความคาดหวังที่จะได้รับการตอบสนองตามความต้องการและความพึงพอใจได้มากที่สุด โดยนักท่องเที่ยวจะตัดสินใจเลือกแหล่งท่องเที่ยว โดยคำนึงถึงปัจจัยด้านความพร้อมของแหล่งท่องเที่ยวประกอบการตัดสินใจ โดยแหล่งท่องเที่ยวจำเป็นต้องมีสิ่งอำนวยความสะดวกในแหล่งท่องเที่ยวที่มีความพร้อมในการให้บริการและสามารถรองรับนักท่องเที่ยว เพื่อให้นักท่องเที่ยวเดินทางได้สะดวกสบายและปลอดภัย ซึ่งประกอบไปด้วยโครงสร้างพื้นฐาน ความสะอาดถูกสุขอนามัย

6. องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นที่รับผิดชอบดูแลแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ ควรจัดให้มีป้ายนิเทศการแนะนำแหล่งท่องเที่ยว ป้ายที่ให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสถานที่ท่องเที่ยว น้ำพุร้อนธรรมชาติ และแนะนำสถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ใกล้เคียงเช่นกัน สามารถสร้างวงจรเส้นทางการท่องเที่ยวอื่นๆ ที่น่าสนใจ และทำป้ายแนะนำแหล่งท่องเที่ยว น้ำพุร้อนธรรมชาติในสถานที่ท่องเที่ยวอื่นใกล้เคียง หรือในสถานที่ท่องเที่ยวที่มีชื่อเสียงของจังหวัดนั้นๆ ทำให้เกิดเส้นทางการท่องเที่ยวเชื่อมโยง รวมถึงป้ายริมทางบนถนนทางหลวงสายหลัก มีป้ายบอกทางที่โดดเด่นและชัดเจน จะสามารถดึงดูดความสนใจผู้ที่สัญจรผ่านไปมาให้แวะมาเที่ยวชมแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติได้ สอดคล้องกับ วิชชุตา ไชยยศ (Chaiyos, 2009) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง กลยุทธ์การประชาสัมพันธ์และการรับรู้ข่าวสารการส่งเสริมแหล่งท่องเที่ยวใหม่ในภาคอีสาน ผลการวิจัยพบว่า นักท่องเที่ยวมีการรับรู้ข่าวสารด้านการท่องเที่ยวของ

แหล่งท่องเที่ยวแหล่งใหม่จากป้ายบอกทางมากที่สุด เพราะป้ายบอกทางพบเห็นได้ตามสถานที่ทั่วไปที่พบเห็นได้ง่าย เช่น สีแฉกไฟแดง ทำให้ประชาชนทั่วไปที่สัญจรไปมาให้ความสนใจรับรู้ข้อมูลของแหล่งท่องเที่ยว จึงควรจัดทำแผ่นป้ายบอกทางให้มากขึ้น

7. องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นที่รับผิดชอบดูแลแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ ควรมีการปรับอัตราค่าบริการให้เหมาะสม เพื่อการพัฒนาและการบริการที่ดี ปรับอัตราค่าบริการ ห้องอาบน้ำพุร้อน ห้องอาบน้ำพุร้อน ให้เหมาะสมกับการบริการที่จัดให้บริการนักท่องเที่ยว การปรับอัตราค่าบริการที่สูงขึ้นอย่างเหมาะสมเพื่อการพัฒนาสถานที่ท่องเที่ยวและการบริการนักท่องเที่ยวที่เหมาะสมเช่นกัน สอดคล้องกับ สุวรินทร์ อศวโรจน์กุล (Asavarojkul, 2012) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ทักษะคนดี แรงจูงใจ พฤติกรรม ความต้องการและความตั้งใจของนักท่องเที่ยวไทยและนักท่องเที่ยวต่างชาติที่มีต่อการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลให้เกิดทัศนคติและแรงจูงใจในการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพรวมไปถึงปัจจัยทางการตลาดที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพคือราคาที่พัก และค่าบริการที่ดี

8. องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นที่รับผิดชอบดูแลแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ ควรปรับปรุงระบบสาธารณูปโภคพื้นฐานทุกประเภทให้ดีขึ้น มีคุณภาพ และเพียงพอในทุกช่วงเวลาอย่างเหมาะสม ได้แก่ ระบบไฟฟ้าส่องสว่าง ระบบน้ำประปาหรือน้ำเย็นจากแหล่งน้ำธรรมชาติที่สะอาดถูกหลักอนามัย ระบบโทรคมนาคมการสื่อสาร สัญญาณเครือข่ายอินเทอร์เน็ต ไร้สาย ทั้งนี้ขึ้นกับความเหมาะสมของสภาพสถานที่ท่องเที่ยวที่แตกต่างกันไปในแต่ละที่ เพื่อตอบสนองความต้องการของผู้ประกอบการท่องเที่ยว และนักท่องเที่ยวที่เดินทางมาท่องเที่ยว สอดคล้องกับ บุญเลิศ จิตตั้งวัฒนา

(Jittangwatana, 2006) กล่าวว่า นักท่องเที่ยวมีความคาดหวังที่จะได้รับการตอบสนองตามความต้องการและความพึงพอใจได้มากที่สุด โดยนักท่องเที่ยวจะตัดสินใจเลือกแหล่งท่องเที่ยว โดยคำนึงถึงปัจจัยด้านความพร้อมของแหล่งท่องเที่ยวประกอบการตัดสินใจ โดยแหล่งท่องเที่ยวจำเป็นต้องมีระบบสาธารณูปโภคพื้นฐานทุกประเภทที่มีคุณภาพ เพียงพอ และสามารถตอบสนองความต้องการของนักท่องเที่ยว เพื่อให้ นักท่องเที่ยวได้รับความสะดวกสบายและปลอดภัย

9. องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นที่รับผิดชอบดูแลแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ ควรปรับปรุงมาตรการการรักษาความปลอดภัยในแหล่งท่องเที่ยวให้เหมาะสม มีรั้วเป็นแนวกันอาณาเขตพื้นที่ สถานที่ท่องเที่ยวที่ชัดเจน มีป้ายคำเตือน ป้ายระวังอันตรายในจุดต่างๆ ที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ และควรจัดให้มีชุดปฐมพยาบาลเบื้องต้น เบอร์โทรศัพท์ แจ้งเหตุฉุกเฉิน รองรับนักท่องเที่ยวที่อาจเกิดอุบัติเหตุ ในแหล่งท่องเที่ยว น้ำพุร้อนธรรมชาติได้ รวมถึงป้ายแนะนำจุดต่างๆ ให้สถานที่ท่องเที่ยว ป้ายกฎระเบียบ ข้อห้ามข้อบังคับคำชี้แนะ แนะนำสิ่งที่ไม่ควรทำอย่างชัดเจน เพื่อให้ นักท่องเที่ยวที่เข้ามาใช้บริการ เข้าใจรับทราบทำตามกฎอย่างเคร่งครัด เพื่อความเป็นระเบียบของสถานที่ท่องเที่ยว และสามารถดูแลรักษา สถานที่ท่องเที่ยวอย่างยั่งยืนต่อไป ผู้วิจัยมีความเห็นว่าการความปลอดภัยของนักท่องเที่ยวถือเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง เพราะมนุษย์มีความต้องการความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินทุกคน สอดคล้องกับ อับราฮัม มาสโลว์ (Maslow, 1970) กล่าวว่า เมื่อมนุษย์ได้รับการตอบสนองความต้องการพื้นฐานในการดำรงชีวิตแล้วขั้นต่อไป มนุษย์ก็มีความต้องการความปลอดภัยหรือความรู้สึกมั่นคง มนุษย์เฝ้าหาความปลอดภัยด้วยกันทั้งสิ้น ศาสนาและปรัชญาต่างๆ ที่มนุษย์ยึดเหนี่ยวทางจิตใจทำให้เกิดความรู้สึกมั่นคง เพราะทำให้มนุษย์

ได้จัดระเบียบแบบแผนของตัวเองให้มีเหตุผลและแนวทางที่ทำให้มนุษย์รู้สึกปลอดภัย เช่นเดียวกับการแสวงหาความปลอดภัยในการท่องเที่ยว

10. องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นที่รับผิดชอบดูแลแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ ควรมีการบริหารจัดการแหล่งท่องเที่ยวระหว่างชุมชนและภาครัฐร่วมกัน เพื่อให้ประชาชนในชุมชนและผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยวมีส่วนร่วมในการบริหารจัดการ ดูแลแหล่งท่องเที่ยว และเป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนาแหล่งท่องเที่ยว แสดงความคิดเห็น และทำความเข้าใจร่วมกัน โดยคำนึงถึงผลประโยชน์ที่จะได้รับร่วมกัน และคำนึงถึงผลกระทบต่อแหล่งท่องเที่ยวและคนในชุมชนกับการพัฒนาแหล่งท่องเที่ยว สอดคล้องกับ สุริพร พงษ์พานิช (Pongpanich, 2001) กล่าวว่า การมีส่วนร่วมของประชาชนในชุมชนเป็นการเปิดโอกาสแก่สมาชิกของชุมชนเท่าเทียมกันในการเข้าร่วมประโยชน์จากการพัฒนาและการมีส่วนร่วมในการพัฒนาการท่องเที่ยว โดยการมีส่วนร่วมที่จะก่อให้เกิดความยั่งยืนในการพัฒนาได้

11. องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นที่รับผิดชอบดูแลแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ ควรพัฒนาและปรับปรุงแหล่งท่องเที่ยวให้เป็นไปตามมาตรฐานคุณภาพแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพประเภทน้ำพุร้อนธรรมชาติ โดยใช้แบบประเมินตนเอง (Self-Assessment) เพื่อขอการรับรองมาตรฐานคุณภาพแหล่งท่องเที่ยว และขึ้นทะเบียนแหล่งท่องเที่ยวที่ได้รับมาตรฐานจากกรมการท่องเที่ยวต่อไป ผู้วิจัยมีความเห็นว่าแหล่งท่องเที่ยวที่ได้รับมาตรฐานจะสามารถดึงดูดนักท่องเที่ยวได้ สอดคล้องกับ กรมการท่องเที่ยว (Department of Tourism, 2015) เสนอไว้ใน “มาตรฐานการท่องเที่ยวไทย การบริหารจัดการแหล่งท่องเที่ยว” กล่าวว่า การจัดทำและพัฒนามาตรฐานแหล่งท่องเที่ยว จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง และเพื่อให้การพัฒนามาตรฐาน

แหล่งท่องเที่ยวของประเทศไทย สอดคล้องกับสถานการณ์การท่องเที่ยวของโลกที่เปลี่ยนแปลง ประกอบกับหลายประเทศได้มีการพัฒนามาตรฐานด้านการท่องเที่ยว กรมการท่องเที่ยวได้พัฒนามาตรฐานการบริหารจัดการแหล่งท่องเที่ยว ให้มีองค์ประกอบและเกณฑ์ที่เหมาะสมต่อความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น และเทียบเคียงกับนานาชาติ

12. องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นที่รับผิดชอบดูแลแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ ควรมีการแบ่งส่วนงานฝ่ายส่งเสริมแหล่งท่องเที่ยวในองค์การปกครองส่วนท้องถิ่นอย่างชัดเจน เพื่อดูแลแหล่งท่องเที่ยวโดยตรง เพื่อการพัฒนาแหล่งท่องเที่ยวที่รวดเร็วและยั่งยืน เนื่องจากอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวในปัจจุบันมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศ สามารถสร้างงานสร้างรายได้ให้กับคนในชุมชนท้องถิ่น สอดคล้องกับ แผนพัฒนาบริการท่องเที่ยวเพื่อรองรับการเปิดเสรีบริการท่องเที่ยว กรมการท่องเที่ยว (Department of Tourism, 2012) เสนอไว้ใน “แผนพัฒนาบริการท่องเที่ยวเพื่อรองรับการเปิดเสรีบริการท่องเที่ยว” กล่าวว่า อุตสาหกรรมท่องเที่ยวถือเป็นสาขาหนึ่งของการค้าบริการ ซึ่งถือว่ามีความสำคัญเป็นอย่างมากต่อเศรษฐกิจของประเทศ เนื่องจากเป็นแหล่งที่มาของเงินตราต่างประเทศและแหล่งที่มาของการจ้างงานที่สำคัญ ซึ่งรายได้ที่มาจากการท่องเที่ยวเป็นสิ่งที่นำมาใช้พัฒนาระบบสาธารณูปโภคอื่นๆ ของประเทศได้อีกด้วย

สรุปผลการวิจัย

สรุปผลจากการศึกษาสภาพทั่วไป ปัญหาและความต้องการการพัฒนาการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแหล่งน้ำพุร้อนในภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทย โดยพบปัญหาการจัดการท่องเที่ยว 9 ประเด็นสำคัญ ได้แก่ การประชาสัมพันธ์ การปรับปรุงภูมิทัศน์ รถโดยสารรับส่ง สภาพสิ่งอำนวยความสะดวก สิ่งอำนวยความสะดวก

สะดวกสำหรับผู้สูงอายุและผู้พิการ อัตราค่าบริการที่เหมาะสม บำยนิตรศการแนะนำ กิจกรรมในเทศกาลพิเศษ และความปลอดภัยพื้นฐาน จากการศึกษาความต้องการการพัฒนาการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแหล่งน้ำพุร้อน พบว่ามีความต้องการการพัฒนาอยู่ในระดับ มาก ทุกด้าน การเปรียบเทียบความต้องการพัฒนาการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแหล่งน้ำพุร้อนของกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษาวิจัย ได้แก่ เจ้าหน้าที่องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นผู้รับผิดชอบแหล่งท่องเที่ยวประชาชนในชุมชนท้องถิ่น/ผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยวในบริเวณแหล่งท่องเที่ยว และนักท่องเที่ยวชาวไทยที่เดินทางมาท่องเที่ยวในแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อน ทั้ง 3 กลุ่ม มีความต้องการการพัฒนาไม่แตกต่างกัน

สรุปผลจากความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ที่จะนำแนวทางไปพัฒนาการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแหล่งน้ำพุร้อนในภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศไทย พบว่า เห็นด้วยในระดับมากที่สุด ประกอบด้วย 5 ด้าน ด้านสิ่งดึงดูดใจในแหล่งท่องเที่ยว ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกในแหล่งท่องเที่ยว ด้านการจัดโปรแกรมการท่องเที่ยว ด้านการบริหารจัดการแหล่งท่องเที่ยว และด้านการบริการเสริมในแหล่งท่องเที่ยว เมื่อพิจารณารายชื่อพบว่า เห็นด้วยที่อยู่ในระดับมากที่สุด 3 อันดับแรกของด้านที่มากที่สุด และแนวทางพัฒนาพัฒนาการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแหล่งน้ำพุร้อนธรรมชาติ ประกอบด้วย 12 ประเด็นสำเร็จ

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยนี้ได้รับการสนับสนุนทุนวิจัยจาก “ทุนอุดหนุนวิทยานิพนธ์สำหรับนิสิต” บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และ “ทุนสนับสนุนวิทยานิพนธ์” คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เอกสารอ้างอิง

- Asavarojkul, S. (2012). **Attitudes, motivation, behavior, needs and intention of Thai Tourists and Foreign tourists toward health tourism**. Research project. M.B.A. Faculty of Commerce and Accountancy, Chulalongkorn University.
- Chaiyos, W. (2009). **Public relations strategies and perception on new tourist attractions in Northeast Thailand**. Proceedings Graduate Research Conference in Communication Arts 2010. 472-479.
- Chi, C., and Qu, H. (2008). Examining the structural relationships of destination image, tourist satisfaction and destination loyalty: an integrated approach. **Tourism Management**, 29, 624-636.
- Department of Tourism. (2012). **Manual assessing quality standards health tourism attraction: the natural hot springs tourism sector**. 2nd Edition. Bangkok. Bureau of Attraction Development.
- Department of Tourism. (2012). **Plan Of Development Tourism Services to Support The Liberalization Of The Tourism Services Year 2555-2560**. Bangkok. Ministry of tourism and sports.
- Department of Tourism. (2015). **Thailand Tourism Standards: Tourism Destination Management Standard TTS 615: 2015**. Bangkok. Ministry of tourism and sports.
- Department of Trade Negotiations. (2009). **The history of ASEAN/AEC**. Retrieved February 16, 2014, from Department of Trade Negotiations Website: <http://www.dtn.go.th/>.
- Govers R. et al. (2007). Promoting Tourism Destination Image. **Journal of Travel Research**, 46, 15-23.
- Hunter-Jones, P. and Blackburn, A. (2007). Understanding the relationship between holiday taking and self-assessed health: an exploratory study of senior tourism. **International Journal of Consumer Studies**, 31(5), 509-516.
- Jittangwatana, B. (2006). **The development and conservation of tourism attraction**. Bangkok: Press and Desing Co.,Ltd.
- Junhasavasdikul, B. (2003). **Hydrotherapy : The power of water**. 3rd Edition. Bangkok. Ruamtas Co.,Ltd.
- Mangmeesup, L. (2009). **The effect of public relation media towards domestic tourism decision making of government university's student**. Research project. M.S.C. Sports Science, Chulalongkorn University.
- Maslow, A. (1970). **Motivation and personality**. 2nd Edition. New York: Harper and Row
- Ministry of Public Health, Bureau of Policy and Strategy. (2014). **Thailand on the road to health hub international**, 2. Bangkok: The Graphico System Co.,Ltd.
- Pongpanich, S. (2001). "The participation of the people" the role of the public on sustainable tourism". **Journal Ecotourism Network Newsletter**, 54.

- The Tourism Authority of Thailand. (2013). **Travel situation Foreign tourist market January – September 2013**. Retrieved February 6, 2014, The Tourism Authority of Thailand Website: <http://www.tatreviewmagazine.com/web/menu-read-web-etat-journal/menu-2014>.
- The ASEAN Secretariat. (2010). **ASEAN Statistical Yearbook 2010**. Indonesia: Public Outreach and Civil Society Division.
- Wangsrikaew, J. and Kanchanakit, S. (2011). A potential development guideline of tourism destination in Ubonratchatani Province. **Journal of Sport Science and Health**, 12 (Special Issue), 124-138.
- Yamane, T. (1972). **Statistics; An Introductory Analysis** (2th Ed.), Tokyo: Aoyama Gakuin University.

การเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยว และผลกระทบ ด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทย ภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558

โสภณัทย์ สุนธยาธร

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อ

ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนที่จะเกิดขึ้นในปี พ.ศ. 2558 นอกจากจะเป็นการเปิดเขตการค้าเสรีอาเซียนเพื่อเพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขันกับกลุ่มประเทศอื่นๆแล้ว ยังเป็นการเปิดเสรีในการเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวอีกด้วย ซึ่งจะทำให้เกิดปรากฏการณ์การเคลื่อนย้ายของประชากรมวลใหญ่ทั้งในแง่ของการเดินทางเพื่อการทำงานหรือเพื่อการท่องเที่ยว ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อประเทศที่เป็นผู้นำด้านกิจกรรมเหล่านี้

วัตถุประสงค์ การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวและผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 และอิทธิพลของการเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวที่มีต่อผลกระทบต่อสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558

วิธีดำเนินการวิจัย เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ตรวจสอบค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาคได้เท่ากับ 0.937 กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ แรงงานชาวไทยในกรุงเทพมหานครที่ทำงานในสาขาที่พักและการเดินทาง 32 ตำแหน่งงานตามข้อตกลงยอมรับร่วมในคุณสมบัติขั้นต้นของแรงงานฝีมือของอาเซียน โดยวิธีการสุ่มแบบเจาะจง คือ แรงงานชาวไทยใน 32 ตำแหน่งงานทั้งในสาขาที่พักในกลุ่มโรงแรมระดับ 4 ขึ้นไป และสาขา

การเดินทาง ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และใช้สถิติทดสอบสมมติฐานคือ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson Correlation) และสมการถดถอยเชิงเส้นพหุคูณ (Multiple Linear Regression) โดยตั้งระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

ผลการวิจัย การเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวโดยรวมกับผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 มีความสัมพันธ์กันในระดับค่อนข้างสูงและเป็นไปในทิศทางเดียวกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.00 และการเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวมีอิทธิพลต่อผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.00

สรุปผลการวิจัย การเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวโดยรวมมีความสัมพันธ์กับผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 ในระดับค่อนข้างสูง และการเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวมีอิทธิพลต่อผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558

คำสำคัญ: การเคลื่อนย้ายแรงงาน / การท่องเที่ยว / ผลกระทบ / สังคมและวัฒนธรรม / อาเซียน

TOURISM MOBILITY AND SOCIO-CULTURAL IMPACTS IN THAILAND UPON ASEAN ECONOMIC COMMUNITY IN 2015

Somruthai Soontayatron

Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University

Abstract

The integration of ASEAN Economic Community taking place in 2015, it is not only about opening frontiers to Free Trade zone within ASEAN member countries for increasing competitive advantage to other economic communities, also about free flowing of tourism labours within the continent. Consequently, this phenomenon will lead to a massive movement of populations both for work and travel. As a result, it will impact on destination countries.

Purpose The purpose of this research is to study the correlation between tourism mobility and socio-cultural impacts in Thailand upon ASEAN Economic Community in 2015 as well as to investigate the influence of tourism mobility to socio-cultural impacts in Thailand upon ASEAN Economic Community in 2015

Methods This study was a quantitative research adopting questionnaires as a main method of data collection. The result of content reliability test was 0.937. The population of this research was Thai labourers in Bangkok area who were working in 32 positions in hotel and travel services according to ASEAN Mutual Recognition

Arrangement. This research adopted purposive sampling – Thai labourers in 32 positions in 4 start hotels and tour operations as well as travel agencies. The statistical data analysis in this study used frequency, percentage, mean, standard deviation, Pearson Correlation and Multiple Linear Regression with the statistical significance at 0.05.

Results Tourism mobility and socio-cultural impacts in Thailand upon ASEAN Economic Community in 2015 have relatively high correlations and in the same statistic direction with statistical significance at 0.00. Tourism mobility has influenced the socio-cultural impacts in Thailand upon ASEAN Economic Community in 2015 with statistical significance at 0.00.

Conclusion Tourism mobility has relatively high relationship with socio-cultural impacts in Thailand upon ASEAN Economic Community in 2015. Tourism mobility has influenced the socio-cultural impacts in Thailand upon ASEAN Economic Community in 2015.

Key Words: Labour mobility / Tourism / Impacts / Socio-culture / ASEAN

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน (ASEAN Economic Community: AEC) ที่เกิดขึ้นในปี พ.ศ. 2558 นี้จะเป็นองค์ประกอบที่สำคัญ ได้แก่ การเป็นตลาดและเป็นฐานการผลิตร่วมกันโดยมีการเคลื่อนย้ายสินค้า บริการ การลงทุน และแรงงานฝีมืออย่างเสรี โดยมีกำหนดให้เปิดเสรีทางด้านแรงงานฝีมือ (Free flow of skilled labours) ทั้ง 8 สาขาอาชีพ คือ แพทย์ วิศวกรรม ทันตแพทย์ พยาบาล บัญชี สถาปัตยกรรม การสำรวจ และการท่องเที่ยวและการบริการ (Toonlayawasinpong, 2012) ในฐานะประเทศสมาชิก ราชอาณาจักรไทยได้รับหน้าที่ให้เป็นประเทศผู้ประสานงานด้านการท่องเที่ยวและการบริการ โดยมีการจัดทำข้อตกลงร่วมว่าด้วยการยอมรับคุณสมบัติของบุคลากรวิชาชีพท่องเที่ยวอาเซียนขึ้น (ASEAN Mutual Recognition Arrangement: MRAs) ซึ่งมีรายละเอียดสำหรับบุคลากรวิชาชีพท่องเที่ยวแห่งอาเซียน ประกอบด้วย 2 สาขาหลัก คือ สาขาที่พัก (Hotel Services) 4 แผนก 23 ตำแหน่งงาน ได้แก่ 1) แผนกพนักงานต้อนรับส่วนหน้า (Front Office) มี 5 ตำแหน่งงาน ผู้จัดการฝ่ายต้อนรับ (Front Office Manager) ผู้ควบคุมดูแลและฝ่ายต้อนรับ (Front Office Supervisor) พนักงานต้อนรับ (Receptionist) พนักงานรับโทรศัพท์ (Telephone Operator) พนักงานยกกระเป๋า (Bell Boy) 2) แผนกแม่บ้าน (House Keeping) มี 6 ตำแหน่งงาน ผู้จัดการแผนกแม่บ้าน (Executive Housekeeper) ผู้จัดการฝ่ายซักรีด (Laundry Manager) ผู้ควบคุมดูแลห้องพัก (Floor Supervisor) พนักงานซักรีด (Laundry Attendant) พนักงานดูแลห้องพัก (Room Attendant) พนักงานทำความสะอาด (Public Area Cleaner) 3) แผนกประกอบอาหาร (Food Production) มี 7 ตำแหน่งงาน หัวหน้าพ่อครัว (Executive Chef) พ่อครัวแต่ละงาน (Demi Chef) ผู้ช่วยพ่อครัวฝ่ายอาหาร (Commis Chef)

พ่อครัวขนมหวาน (Chef de Parie) ผู้ช่วยพ่อครัวขนมหวาน (Commis Pastry) งานขนมปัง (Baker) งานเนื้อ (Butcher) และ 4) แผนกอำนวยการแผนกอาหารและเครื่องดื่ม (Food and Beverage) มี 5 ตำแหน่งงาน ผู้อำนวยการแผนกอาหารและเครื่องดื่ม (F & B Director) ผู้จัดการ Outlet อาหารและเครื่องดื่ม (F & B Outlet Manager) หัวหน้าพนักงานบริการ (Head Waiter) พนักงานผสมเครื่องดื่ม (Bartender) พนักงานบริการ (Waiter) และสาขาการเดินทาง (Travel Services) 2 แผนก 9 ตำแหน่งงาน ดังนี้ 1) แผนกธุรกิจนำเที่ยว (Travel Agencies) มี 4 ตำแหน่งงาน ผู้จัดการทั่วไป (General Manager) ผู้ช่วยผู้จัดการทั่วไป (Assistant General Manager) หัวหน้าผู้แนะนำการเดินทาง (Senior Travel Consultant) ผู้แนะนำการเดินทาง (Travel Consultant) และ 2) แผนกบริหารธุรกิจนำเที่ยว (Tour Operation) มี 5 ตำแหน่งงาน ผู้จัดการธุรกิจ (Product Manager) ผู้จัดการฝ่ายขายและการตลาด (Sales and Marketing Manager) ผู้จัดการฝ่ายบัญชี (Credit Manager) ผู้จัดการฝ่ายตั๋ว (Ticketing Manager) ผู้จัดการฝ่ายท่องเที่ยว (Tour Manager)

นอกจากนี้แล้ว ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนมีโครงการเชื่อมโยงเส้นทางหลวงอาเซียน การเชื่อมโยงเส้นทางรถไฟจากสาธารณรัฐสิงคโปร์ผ่านไปยังมาเลเซีย ราชอาณาจักรไทย ราชอาณาจักรกัมพูชา สาธารณรัฐ ลังคณิยมเวียดนาม และสาธารณรัฐประชาชนจีน และยังมีการปรับมาตรฐานของเส้นทางคมนาคมทางบกและทางรถไฟให้มีมาตรฐานเดียวกันได้ส่งเสริมความร่วมมือของอาเซียนด้านการท่องเที่ยวมากยิ่งขึ้น (Leuoenchawee, 2009) ซึ่งการเปิดเขตการค้าเสรีอาเซียนนั้นนอกจากจะเพิ่มขีดความสามารถในการระดมเงินลงทุนที่เสรีมากขึ้นแล้ว ยังเพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขันสูงขึ้นแก่ประเทศสมาชิก รวมทั้ง

ราชอาณาจักรไทยอีกด้วย ในทางกลับกัน การเปิดเสรีในกลุ่มประเทศอาเซียนนั้นจะนำมาซึ่งการเคลื่อนย้ายของประชากรมวลใหญ่ทั้งในแง่ของการเดินทางเพื่อการทำงาน หรือเพื่อการท่องเที่ยวก็ตาม (Pongkapat, Manatpaiboon, Tanawiriyakul and Kraipornsak, 2001, Ministry of Foreign Affairs, 2010) ซึ่งจะส่งผลกระทบในแง่ เศรษฐกิจ สังคม การเมือง กฎหมาย และวัฒนธรรมของประเทศที่เป็นผู้นำด้านกิจกรรมเหล่านี้ ดังที่ได้เกิดขึ้นในเขตการค้าเสรีในกลุ่มสหภาพยุโรปมาแล้ว ตัวอย่างเช่น จำนวนการว่างงานของประชากรในประเทศเจ้าภาพเพิ่มมากขึ้น เนื่องจากการเปิดเสรีในการเคลื่อนย้ายแรงงาน ประชาชนจากประเทศในกลุ่มสมาชิกแรงงานประชากรในประเทศเจ้าภาพ ซึ่งทำให้เกิดปัญหาทางสังคมอื่นๆ ตามมา ไม่ว่าจะเป็นคนไร้ที่อยู่อาศัยมากขึ้น อาชญากรรมมากขึ้น ภาวะค่าครองชีพที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วส่งผลกระทบทางเศรษฐกิจ สังคม การเมือง กฎหมายและวัฒนธรรมของการเคลื่อนย้ายทางการท่องเที่ยวในการเป็นประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558

ในทางทฤษฎีนั้น การเคลื่อนย้ายทางการท่องเที่ยวเป็นเพียงแค่ส่วนหนึ่งในการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรม (William and Hall, 2002) นอกจากนี้ยังมีสาเหตุอื่นๆในการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรม เช่น การเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วของประชากร ความทันสมัยของเทคโนโลยี (Mathieson and Wall, 2006; William and Hall, 2002) การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางประชากร ที่มีการเกิดการตายและการเคลื่อนย้ายอพยพของผู้คน (Dumond, 1965) ผลกระทบทางสังคมและวัฒนธรรมของการพัฒนาการท่องเที่ยวมีแนวโน้มที่ซับซ้อนมากขึ้น ในบางประเทศหรือพื้นที่ที่มีการพัฒนาการท่องเที่ยว อาจสร้างความขัดแย้งขึ้นในสังคม เพราะความแตกต่างทางสังคม วัฒนธรรมและพื้นฐานทางเศรษฐกิจของคนในชุมชน

และนักท่องเที่ยว จากการศึกษาจำนวนมากก็สามารถสรุปได้ว่าผลกระทบทางเศรษฐกิจมักเป็นไปในทางด้านบวก ในขณะที่ผลกระทบทางสังคมวัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อมมักเป็นไปในทางลบ (Ryan, 1991)

ผลกระทบของการเคลื่อนย้ายทางการท่องเที่ยวที่มีต่อระบบสังคมและวัฒนธรรมมีทั้งข้อดีและข้อเสีย ในการพิจารณารายละเอียดของแต่ละด้านควรเน้นความสำคัญไปยังประชาชน ผู้บริโภค และสถาบันทางสังคมและวัฒนธรรมที่เป็นส่วนที่ได้รับผลกระทบโดยตรง โดยมีข้อดีที่เกิดขึ้นในระบบสังคมและวัฒนธรรม (Hall and Page, 2002; Mason, 2003; Mathieson and Wall, 2006) ดังเช่น เป็นการเพิ่มรายได้ต่อชุมชนและท้องถิ่น การท่องเที่ยวนับเป็นตัวแรงในการพัฒนาเศรษฐกิจให้กับประเทศ นำรายได้มาสู่ชุมชนและท้องถิ่นเป็นอันมาก การเกิดการจ้างงาน ตัวอย่างการเพิ่มรายได้จากอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวที่เห็นชัดเจน (Nash, 2007; William and Hall, 2002) ได้แก่ รายได้จากเงินตราต่างประเทศจากการท่องเที่ยว นับเป็นรายได้เข้าประเทศที่สำคัญมากในปัจจุบันที่ช่วยให้ประเทศสามารถสร้างดุลการค้าได้ดี อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวเป็นอุตสาหกรรมที่ต้องใช้แรงงานจำนวนมากเมื่อเปรียบเทียบกับอุตสาหกรรมประเภทอื่นๆ (Mason, 2003; Sharpley, 1999; William and Hall, 2002) นอกจากนั้นแล้ว ยังเป็นการพัฒนาระบบโครงสร้างพื้นฐาน ทำให้เกิดการพัฒนาระบบโครงสร้างพื้นฐานที่เจริญอย่างรวดเร็ว (Nash, 2007) เช่น การก่อสร้างสนามบินพาณิชย์ การพัฒนาระบบขนส่งมวลชน การสร้างถนนติดต่อเชื่อมโยงไปสู่ประเทศเพื่อนบ้าน (Mason, 2003; William and Hall, 2002)

ในทางกลับกัน การเคลื่อนย้ายทางการท่องเที่ยวยังก่อให้เกิดข้อเสียที่เกิดขึ้นในระบบสังคมและวัฒนธรรม เช่น เกิดการเปลี่ยนแปลงรูปแบบกิจกรรมทางวัฒนธรรม ทำให้วิถีการดำเนินชีวิตของประชาชนเปลี่ยนแปลงไป

เนื่องจากสิ่งอำนวยความสะดวกในชีวิตที่เกี่ยวข้องกับความจำเป็นพื้นฐานได้พัฒนาขึ้นอย่างรวดเร็ว หากไม่มีการวางแผนงบประมาณการใช้จ่ายที่รัดกุมแล้วก็จะอาจทำให้เปลี่ยนไปสู่พฤติกรรมการบริโภคที่ฟุ่มเฟือย (Sharpley, 1999; William and Hall, 2002) ผลกระทบของการเคลื่อนย้ายทางการท่องเที่ยวสามารถป้องกันและแก้ไขให้เกิดผลกระทบน้อยที่สุดได้ โดยประสานความร่วมมือจากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐ ธุรกิจเอกชน และนักท่องเที่ยว โดยเผยแพร่ความรู้ความเข้าใจ ให้ประชากรได้ทราบถึงความสำคัญของอุตสาหกรรมท่องเที่ยว และความสำคัญของวัฒนธรรมประเพณี วิถีชีวิตที่ปฏิบัติสืบต่อกันมา ซึ่งเป็นสิ่งดึงดูดใจให้นักท่องเที่ยวเดินทางมาเที่ยวชม จึงควรที่จะภาคภูมิใจ ห่วงแหน และช่วยกันรักษามรดกทางวัฒนธรรมดั้งเดิม ให้สืบทอดเป็นเอกลักษณ์ของชาติสืบต่อไป ดังนั้นงานวิจัยชิ้นนี้จึงมีวัตถุประสงค์ในการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวและผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 และอิทธิพลของการเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวที่มีต่อผลกระทบต่อสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวและผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558
2. เพื่อศึกษาอิทธิพลของการเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวที่มีต่อผลกระทบต่อสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558

สมมติฐานของการวิจัย

1. การเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวมีความสัมพันธ์กับผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558
2. การเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวมีอิทธิพลต่อผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558

วิธีดำเนินการวิจัย

เป็นการวิจัยเชิงปริมาณเพื่อศึกษาความคิดเห็นของแรงงานชาวไทยใน 32 ตำแหน่งงาน ตามข้อตกลงยอมรับร่วมในคุณสมบัติขั้นต้นของแรงงานฝีมือของอาเซียนทั้งในสาขาที่พักและการเดินทาง ถึงการเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยว และผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 โดยใช้แบบวัดเพียงครั้งเดียว และใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ แรงงานชาวไทยในกรุงเทพมหานครที่ทำงานในสาขาที่พักและการเดินทาง 32 ตำแหน่งงานตามข้อตกลงยอมรับร่วมในคุณสมบัติขั้นต้นของแรงงานฝีมือของอาเซียน เนื่องจากกรุงเทพมหานครเป็นเมืองหลวงของประเทศไทย รวมทั้งเป็นศูนย์รวมทางด้านการค้า การท่องเที่ยวและการบริการ จึงถือได้ว่าแรงงานชาวไทย 32 ตำแหน่งงานที่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานครเป็นผู้ที่ได้รับผลกระทบโดยตรงจากการเปิดเสรีอาเซียน โดยกรุงเทพมหานครมีประชากรที่เป็นผู้อยู่ในกำลังแรงงาน 3,819,740 คน

(กรุงเทพมหานคร : สำนักยุทธศาสตร์และประเมินผล สถิติ, 2556 กรุงเทพมหานคร) การกำหนดขนาดของการวิจัยครั้งนี้ ใช้การคำนวณด้วยสูตรกรณีทราบจำนวนประชากรที่แน่นอน (Finite Population) ตามวิธีของ ยามาเน (Yamane, 1973) ที่ระดับความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ ร้อยละ 5 หรือ 0.05 ดังนั้นได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่างสำหรับการวิจัยครั้งนี้ เท่ากับ 400 คน

เกณฑ์การคัดเลือกผู้เข้าร่วมวิจัย

1. แรงงานชาวไทยในกรุงเทพมหานครที่ทำงานในสาขาที่ฝึกและการเดินทาง 32 ตำแหน่งงานตามข้อตกลงยอมรับร่วมในคุณสมบัติขั้นต้นของแรงงานฝีมือของอาเซียน ทั้งเพศชายและเพศหญิง

2. สามารถอ่านออก เขียนได้และยินดียินยอมแบบสอบถาม

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ทำการสร้างและการหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การทดสอบความเที่ยง (Reliability Test) ของแบบสอบถาม (Questionnaires) ทำการแจกกับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงโดยการวิเคราะห์ประมวลผลค่าครอนบาร์คแอลฟา (Cronbach's Alpha) โดยแบบสอบถามที่ใช้วัดได้ค่าครอนบาร์คแอลฟาเท่ากับ 0.937 หลังจากนั้นผู้วิจัยทำการแจกแบบสอบถามจำนวน 400 ชุดกับแรงงานชาวไทยใน 32 ตำแหน่งงาน ทั้งในสาขาที่ฝึกในกลุ่มโรงแรมระดับ 4 ขึ้นไป จำนวน 300 คน และการเดินทางจำนวน 100 คน โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มคนที่ทำงานและอาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร รวมทั้งสิ้นจำนวน 400 คน โดยวิธีการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) คือ แรงงานชาวไทยใน 32 ตำแหน่งงานทั้งในสาขาที่ฝึกในกลุ่มโรงแรมระดับ 4 ขึ้นไป และสาขาการเดินทาง โดยแจกแบบสอบถามกับผู้ที่มีความยินดี

และเต็มใจในการให้ข้อมูล ใช้เวลาเก็บแบบสอบถามตั้งแต่เดือนตุลาคม 2556 ถึงเดือนกุมภาพันธ์ 2557 โดยแบบสอบถามมีทั้งหมด 4 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ส่วนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558

ส่วนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558

ส่วนที่ 4 เป็นการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะแบบปลายเปิด

การวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลประกอบด้วย การวิเคราะห์ข้อมูลจากการสอบถามกลุ่มตัวอย่าง ใช้การวิเคราะห์เชิงปริมาณรวมกับการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) และมีการประมวลผลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์เพื่อการวิเคราะห์ทางสถิติ โดยการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ใช้การแจกแจงความถี่ (Frequency) ร้อยละ (Percentage) เพื่ออธิบายลักษณะข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) เพื่ออธิบายข้อมูลระดับความคิดเห็นของแรงงานชาวไทย 32 ตำแหน่งงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีต่อการเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวและผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 โดยใช้สถิติทดสอบสมมติฐานคือ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson Correlation) และสมการถดถอยเชิงเส้นพหุคูณ (Multiple Linear Regression) โดยตั้งระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

ผลการวิจัย

สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) ดังตาราง

สำหรับงานวิจัยนี้สามารถวิเคราะห์ข้อมูลสถิติ

ข้างล่างนี้

เชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) และข้อมูล

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม		จำนวน	ร้อยละ
เพศ	ชาย	138	34.50
	หญิง	262	65.50
อายุ	ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 25 ปี	111	27.75
	26-30 ปี	113	28.25
	31-35 ปี	67	16.75
	36-40 ปี	62	15.50
	41-45 ปี	25	6.25
	46-50 ปี	12	3.00
	51-55 ปี	10	2.50
ระดับการศึกษา	ประถมศึกษา	3	0.75
	มัธยมศึกษาตอนต้น	22	5.50
	มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	53	13.25
	อนุปริญญา/ปวส.	149	37.25
	ปริญญาตรีหรือสูงกว่า	173	43.25
รายได้เฉลี่ยต่อเดือน	ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 10,000 บาท	54	13.50
	10,001-20,000 บาท	153	38.25
	20,001-30,000 บาท	107	26.75
	30,001-40,000 บาท	49	12.25
	40,001-50,000 บาท	37	9.25
	50,001 บาทขึ้นไป	-	-
แผนกพนักงานต้อนรับ (สาขาที่พัก)		69	23.00
ผู้ควบคุมดูแลฝ่ายต้อนรับ		9	3.00
พนักงานต้อนรับ		31	10.33
พนักงานรับโทรศัพท์		6	2.00
พนักงานยกกระเป๋า		23	7.67

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม		จำนวน	ร้อยละ
แผนกแม่บ้าน (สาขาที่พัก)		86	28.67
	ผู้จัดการแผนกแม่บ้าน	6	2.00
	ผู้ควบคุมดูแลห้องพัก	10	3.33
	พนักงานซักรีด	2	0.67
	พนักงานดูแลห้องพัก	50	16.67
	พนักงานทำความสะอาด	18	6.00
แผนกประกอบอาหาร (สาขาที่พัก)		45	15.00
	พ่อครัวฝ่ายอาหาร	29	9.67
	พ่อครัวขนมหวาน	9	3.00
	ผู้ช่วยพ่อครัวขนมหวาน	4	1.33
	งานขนมปัง	3	1.00
แผนกอำนวยความสะดวกและเครื่องดื่ม (สาขาที่พัก)		100	33.33
	ผู้จัดการ Outlet อาหารและเครื่องดื่ม	4	1.33
	หัวหน้าพนักงานบริการ	23	7.67
	พนักงานผสมเครื่องดื่ม	6	2.00
	พนักงานบริการ	67	22.33
	รวมสาขาที่พัก	300	100.00
แผนกธุรกิจนำเที่ยว (สาขาการเดินทาง)		40	40.00
	ผู้จัดการทั่วไป	3	3.00
	ผู้ช่วยผู้จัดการทั่วไป	7	7.00
	ผู้แนะนำการเดินทาง	30	30.00
แผนกบริหารธุรกิจนำเที่ยว (สาขาการเดินทาง)		60	60.00
	ผู้จัดการธุรกิจ	10	10.00
	ผู้จัดการฝ่ายขายและตลาด	11	11.00
	ผู้จัดการฝ่ายตัว	8	8.00
	ผู้จัดการฝ่ายท่องเที่ยว	31	31.00
รวมสาขาการเดินทาง		100	100.00

จากตารางที่ 1 พบว่า แรงงานชาวไทย 32 ตำแหน่งงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่ตอบแบบสอบถาม เป็นเพศชายจำนวน 138 คน คิดเป็นร้อยละ 34.50 และหญิงจำนวน 262 คน คิดเป็นร้อยละ 65.50 ซึ่งส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 26-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 28.25 มีการศึกษาในระดับปริญญาตรีหรือสูงกว่า มากที่สุดจำนวน 173 คน คิดเป็นร้อยละ 43.25 รายได้เฉลี่ยต่อเดือน และส่วนใหญ่มีรายได้อยู่ระหว่าง 10,001 - 20,000 บาทมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 38.25 แรงงานชาวไทย 32 ตำแหน่งงานที่ตอบแบบสอบถาม ทำงานในส่วนของสาขาที่ฝึก ส่วนใหญ่ทำงานในแผนก อำนวยความสะดวกอาหารและเครื่องดื่มจำนวน 100 คน คิดเป็นร้อยละ 33.33 ซึ่งสามารถจำแนกตามตำแหน่ง

ในการทำงาน ดังนี้ ตำแหน่งผู้จัดการ Outlet อาหาร และเครื่องดื่มจำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 1.33 หัวหน้าพนักงานบริการจำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 7.67 พนักงานผสมเครื่องดื่มจำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 2.00 และพนักงานบริการจำนวน 67 คน คิดเป็นร้อยละ 22.33 และแรงงานชาวไทย 32 ตำแหน่งงาน ที่ตอบแบบสอบถาม ทำงานในสาขาการเดินทาง ส่วนใหญ่ทำงานในแผนกบริหารธุรกิจนำเที่ยวจำนวน 60 คน โดยสามารถจำแนกตามตำแหน่งในการทำงาน ดังนี้ ตำแหน่งผู้จัดการธุรกิจจำนวน 10 คน ผู้จัดการฝ่ายขายและการตลาดจำนวน 11 คน ผู้จัดการฝ่ายตัว จำนวน 8 คน และผู้จัดการฝ่ายท่องเที่ยวจำนวน 31 คน

ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวภายใต้ประชาคม เศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558

การเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยว	$\bar{X}$	SD	แปลผล
การเคลื่อนย้ายทางการท่องเที่ยว	4.17	0.59	เห็นด้วยมาก
มีบทบาทสำคัญในการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรม	4.26	0.70	เห็นด้วยมากที่สุด
เกี่ยวข้องกับเวลาและเครือข่ายสังคม	4.01	0.80	เห็นด้วยมาก
เป็นการขยายเครือข่ายทางสังคม	4.00	0.90	เห็นด้วยมาก
การย้ายถิ่นชั่วคราวเป็นส่วนหนึ่งของการเคลื่อนย้ายประชากรในทุกช่วงเวลาและทุกประเทศ	4.13	0.76	เห็นด้วยมาก
มีบทบาทสำคัญในการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ	4.32	0.75	เห็นด้วยมากที่สุด
เป็นเชิงธุรกิจและกระจายความเจริญทางเศรษฐกิจ	4.26	0.61	เห็นด้วยมากที่สุด
เป็นส่วนหนึ่งในการสื่อถึงสถานะทางสังคมและอำนาจ	4.19	0.79	เห็นด้วยมาก
สามารถสร้างการกีดกันทางสังคม	4.15	0.72	เห็นด้วยมาก
เป็นรูปแบบของการเคลื่อนย้ายและการไหลเวียนของประชากรแบบชั่วคราว	4.21	0.73	เห็นด้วยมากที่สุด
มีผลกระทบต่อคนจำนวนมากทั้งประเทศผู้รับเข้าและส่งออก	4.18	0.64	เห็นด้วยมาก
การเคลื่อนย้ายแรงงานเสรีใน AEC	3.80	0.72	เห็นด้วยมาก
เป็นการเปิดเสรีทางด้านแรงงานอย่างแท้จริง	3.36	0.89	เห็นด้วยปานกลาง
เป็นการไหลเวียนของทุนมนุษย์ภายในภูมิภาค	3.82	0.76	เห็นด้วยมาก
เป็นการสร้างคุณค่าทางด้านทุนมนุษย์	3.91	0.74	เห็นด้วยมาก
เป็นการเพิ่มการแข่งขันในตลาดแรงงาน	3.90	0.75	เห็นด้วยมาก
เป็นการบริหารจัดการและอำนวยความสะดวกสำหรับแรงงานฝีมือในภูมิภาค	3.85	0.76	เห็นด้วยมาก
เป็นการสร้างมาตรฐานแรงงานฝีมือในภูมิภาค	3.97	0.69	เห็นด้วยมาก
รวม	4.03	0.76	เห็นด้วยมาก

จากตารางที่ 2 พบว่า แรงงานชาวไทย 32 ตำแหน่งงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีความคิดเห็นต่อการเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 พบว่าโดยรวมมีระดับความคิดเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 4.03$) โดยเมื่อพิจารณาารายด้านพบว่า การเคลื่อนย้ายทางการท่องเที่ยว ($\bar{X} = 4.17$) และการเคลื่อนย้ายแรงงานเสรีใน AEC มีระดับความคิดเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.80$) ตามลำดับ

ด้านการเคลื่อนย้ายทางการท่องเที่ยว โดยเมื่อพิจารณาารายข้อ พบว่า มีบทบาทสำคัญในการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจมีระดับค่าเฉลี่ยมากที่สุด มีระดับความคิดเห็นด้วยมากที่สุด ($\bar{X} = 4.32$) ตามด้วยมีบทบาทสำคัญในการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรม และเป็นเชิงธุรกิจและกระจายความเจริญทางเศรษฐกิจซึ่งมีระดับค่าเฉลี่ยเท่ากัน โดยมีระดับความคิดเห็นด้วยมากที่สุด ($\bar{X} = 4.26$) เป็นรูปแบบของการเคลื่อนย้ายและการไหลเวียนของประชากรแบบชั่วคราว มีระดับความคิดเห็นด้วยมากที่สุด ($\bar{X} = 4.21$) เป็นส่วนหนึ่งในการสื่อถึงสถานะทางสังคมและอำนาจ มีระดับความคิดเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 4.19$) มีผลกระทบต่อคน

จำนวนมากทั้งประเทศผู้รับเข้าและส่งออก มีระดับความคิดเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 4.18$) สามารถสร้างการกีดกันทางสังคม มีระดับความคิดเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 4.15$) การย้ายถิ่นชั่วคราวเป็นส่วนหนึ่งของการเคลื่อนย้ายประชากรในทุกช่วงเวลาและทุกประเทศ มีระดับความคิดเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 4.13$) เกี่ยวข้องกับเวลาและเครือข่ายสังคม มีระดับความคิดเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 4.01$) และเป็นการขยายเครือข่ายทางสังคม มีระดับความคิดเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 4.00$) ตามลำดับ

ด้านการเคลื่อนย้ายแรงงานเสรีใน AEC โดยเมื่อพิจารณาารายข้อ พบว่า เป็นการสร้างมาตรฐานแรงงานฝีมือในภูมิภาค มีระดับความคิดเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.97$) เป็นการสร้างคุณค่าทางด้านทุนมนุษย์ มีระดับความคิดเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.91$) เป็นการเพิ่มการแข่งขันในตลาดแรงงาน มีระดับความคิดเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.90$) เป็นการบริหารจัดการและอำนวยความสะดวกสำหรับแรงงานฝีมือในภูมิภาค มีระดับความคิดเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.85$) เป็นการไหลเวียนของทุนมนุษย์ภายในภูมิภาค มีระดับความคิดเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.82$) และเป็นการเปิดเสรีทางด้านแรงงานอย่างแท้จริง มีระดับความคิดเห็นด้วยปานกลาง ($\bar{X} = 3.36$) ตามลำดับ

ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทย ภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558

ผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรม	$\bar{X}$	SD	แปลผล
อัตราการว่างงานต่ำลง	3.07	0.81	เห็นด้วยปานกลาง
สูญเสียบุคลากรที่มีความรู้ความชำนาญ	3.39	0.84	เห็นด้วยปานกลาง
สูญเสียทุนมนุษย์ในการพัฒนาประเทศ	3.50	2.70	เห็นด้วยมาก
ดุลการชำระเงินของประเทศที่ดีขึ้น	3.30	0.80	เห็นด้วยปานกลาง
เงินตราต่างประเทศไหลเข้าประเทศมากขึ้น	3.97	0.82	เห็นด้วยมาก
ทำให้มีบุคลากรที่มีความรู้ความชำนาญเพิ่มมากขึ้นเมื่อแรงงานที่ย้ายออกกลับมาทำงานในประเทศ	3.45	0.82	เห็นด้วยมาก
ทุนมนุษย์เพิ่มมากขึ้น	3.46	0.70	เห็นด้วยมาก
ตลาดแรงงานมีความยืดหยุ่นปรับตัวมากขึ้น	3.42	0.73	เห็นด้วยมาก

ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทย ภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 (ต่อ)

ผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรม	$\bar{X}$	SD	แปลผล
แรงงานล้นตลาด	3.44	0.92	เห็นด้วยมาก
คนท้องถิ่นโดนแย่งงาน	3.68	1.02	เห็นด้วยมาก
อัตราการว่างงานของคนท้องถิ่นสูงขึ้น	3.65	0.90	เห็นด้วยมาก
โครงสร้างทางประชากรเปลี่ยนไป	3.64	1.04	เห็นด้วยมาก
อาชญากรรมเพิ่มมากขึ้น	3.56	0.86	เห็นด้วยมาก
คนจนในประเทศเพิ่มมากขึ้น	3.65	2.65	เห็นด้วยมาก
ยาเสพติดเพิ่มมากขึ้น	3.70	2.73	เห็นด้วยมาก
ปัญหาสังคมต่างๆ เพิ่มขึ้น	3.62	0.87	เห็นด้วยมาก
ชุมชนคนยากจนเพิ่มขึ้น	3.53	0.91	เห็นด้วยมาก
วัฒนธรรมท้องถิ่นเปลี่ยนตามวัฒนธรรมของแรงงานต่างชาติ	3.61	0.80	เห็นด้วยมาก
คุณภาพชีวิตของคนในท้องถิ่นที่ดีขึ้น	3.37	1.06	เห็นปานกลาง
พึ่งพาแรงงานต่างชาติในการพัฒนาประเทศ	3.32	0.84	เห็นปานกลาง
พึ่งพาแรงงานต่างชาติในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจของประเทศ	3.41	0.82	เห็นด้วยมาก
รวม	3.47	0.56	เห็นด้วยมาก

จากตารางที่ 3 พบว่า แรงงานชาวไทย 32 ตำแหน่งงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีความคิดเห็นต่อผลกระทบจากการเคลื่อนย้ายทางการท่องเที่ยว ในการเปิดเสรีอาเซียน พ.ศ. 2558 ในภาพรวม อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.47$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า เงินตราต่างประเทศไหลเข้าประเทศมากขึ้น มีระดับคะแนนเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.97$) ยาเสพติดเพิ่มมากขึ้น มีระดับคะแนนเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.70$) คนท้องถิ่นโดนแย่งงาน มีระดับคะแนนเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.68$) คนจนในประเทศเพิ่มมากขึ้น มีระดับคะแนนเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.65$) อัตราการว่างงานของคนท้องถิ่นสูงขึ้น มีระดับคะแนนเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.65$) โครงสร้างทางประชากรเปลี่ยนไป มีระดับคะแนนเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.64$) ปัญหาสังคมต่างๆ เพิ่มขึ้น มีระดับคะแนนเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.62$) วัฒนธรรมท้องถิ่นเปลี่ยนตามวัฒนธรรมของแรงงานต่างชาติ มีระดับคะแนนเห็นด้วย

ปานกลาง ($\bar{X} = 3.61$) อาชญากรรมเพิ่มมากขึ้น มีระดับคะแนนเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.56$) ชุมชนคนยากจนเพิ่มขึ้น มีระดับคะแนนเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.53$) สูญเสียทุนมนุษย์ในการพัฒนาประเทศ มีระดับคะแนนเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.50$) ทุนมนุษย์เพิ่มมากขึ้น มีระดับคะแนนเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.46$) ทำให้มีบุคลากรที่มีความรู้ความชำนาญเพิ่มมากขึ้นเมื่อแรงงานที่ย้ายออกกลับมาทำงานในประเทศ มีระดับคะแนนเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.45$) แรงงานล้นตลาด มีระดับคะแนนเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.44$) ตลาดแรงงานมีความยืดหยุ่นปรับตัวมากขึ้น มีระดับคะแนนเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.42$) พึ่งพาแรงงานต่างชาติในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจของประเทศ มีระดับคะแนนเห็นด้วยมาก ($\bar{X} = 3.41$) สูญเสียบุคลากรที่มีความรู้ความชำนาญ มีระดับคะแนนเห็นด้วยปานกลาง ($\bar{X} = 3.39$) คุณภาพชีวิตของคนในท้องถิ่นที่ดีขึ้น มีระดับคะแนนเห็นด้วยปานกลาง ($\bar{X} = 3.37$)

พึ่งพาแรงงานต่างชาติในการพัฒนาประเทศ มีระดับ ($\bar{X} = 3.30$) และอัตราการว่างงานต่ำลง มีระดับคะแนนเห็นด้วยปานกลาง ($\bar{X} = 3.32$) ดุลการชำระเงิน คะแนนเห็นด้วยปานกลาง ($\bar{X} = 3.07$) ตามลำดับของประเทศที่ดีขึ้น มีระดับคะแนนเห็นด้วยปานกลาง

ตารางที่ 4 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างการเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวและผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 แสดงในรูปของการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson Correlation)

การเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยว	ผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรม		
	Pearson Correlation	Sig.	ระดับความสัมพันธ์
การเคลื่อนย้ายทางการท่องเที่ยว	0.667	0.00*	ค่อนข้างสูง
มีบทบาทสำคัญในการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรม	0.448	0.00*	ปานกลาง
เกี่ยวข้องกับเวลาและเครือข่ายสังคม	0.441	0.00*	ปานกลาง
เป็นการขยายเครือข่ายทางสังคม	0.446	0.00*	ปานกลาง
การย้ายถิ่นชั่วคราวเป็นส่วนหนึ่งของการเคลื่อนย้ายประชากรในทุกช่วงเวลาและทุกประเทศ	0.432	0.00*	ปานกลาง
มีบทบาทสำคัญในการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ	0.502	0.00*	ปานกลาง
เป็นเชิงธุรกิจและกระจายความเจริญทางเศรษฐกิจ	0.544	0.00*	ปานกลาง
เป็นส่วนหนึ่งในการสื่อถึงสถานะทางสังคมและอำนาจ	0.534	0.00*	ปานกลาง
สามารถสร้างการกีดกันทางสังคม	0.440	0.00*	ปานกลาง
เป็นรูปแบบของการเคลื่อนย้ายและการไหลเวียนของประชากรแบบชั่วคราว	0.470	0.00*	ปานกลาง
มีผลกระทบต่อคนจำนวนมากทั้งประเทศผู้รับเข้าและส่งออก	0.421	0.00*	ปานกลาง
การเคลื่อนย้ายแรงงานเสรีใน AEC	0.652	0.00*	ค่อนข้างสูง
เป็นการเปิดเสรีทางด้านแรงงานอย่างแท้จริง	0.475	0.00*	ปานกลาง
เป็นการไหลเวียนของทุนมนุษย์ภายในภูมิภาค	0.530	0.00*	ปานกลาง
เป็นการสร้างคุณค่าทางด้านทุนมนุษย์	0.480	0.00*	ปานกลาง
เป็นการเพิ่มการแข่งขันในตลาดแรงงาน	0.456	0.00*	ปานกลาง
เป็นการบริหารจัดการและอำนวยความสะดวกสำหรับแรงงานฝีมือในภูมิภาค	0.410	0.00*	ปานกลาง
เป็นการสร้างมาตรฐานแรงงานฝีมือในภูมิภาค	0.540	0.00*	ปานกลาง
รวม	0.674	0.00*	ค่อนข้างสูง

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4 แสดงผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวและผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 โดยใช้การทดสอบค่าทางสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายของเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) พบว่า การเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวโดยรวมกับผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 มีความสัมพันธ์กันในระดับค่อนข้างสูงและเป็นไป

ในทิศทางเดียวกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เท่ากับ 0.674 กล่าวคือ แรงงานชาวไทย 32 ตำแหน่งงานที่ให้ความสำคัญกับการเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนค่อนข้างสูงจะมีความคิดเห็นต่อผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 ค่อนข้างสูง

ตารางที่ 5 แสดงอิทธิพลของการเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวที่มีต่อผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 แสดงในรูปของการวิเคราะห์การถดถอยเชิงพหุ (Multiple Regression Analysis)

ตัวแปร	สัมประสิทธิ์การถดถอย	ค่า t	Sig. (P-Value)
	Beta		
1. การเคลื่อนย้ายทางการท่องเที่ยว	.628	17.057	.000**
2. การเคลื่อนย้ายแรงงานเสรีใน AEC	.578	13.305	.000**

$R^2 = 0.884$, $F\text{-value} = 492.930$, $n = 400$, $P\text{-Value} \leq 0.00^{**}$

จากตารางที่ 5 แสดงอิทธิพลของการเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวที่มีต่อผลกระทบต่อสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยเชิงพหุ (Multiple Regression Analysis) พบว่า การเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวมีอิทธิพลต่อผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.00

อภิปรายผลการวิจัย

จากการทดสอบสมมติฐานพบว่า การเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวกับผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 มีความสัมพันธ์กันในระดับค่อนข้างสูงและเป็นไปในทิศทางเดียวกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 เป็นเพราะว่าการเคลื่อนย้ายแรงงานข้ามชาตินั้น นอกจากจะมีผลกระทบทางด้านบวกทางด้านสังคมและวัฒนธรรมแก่ประเทศเจ้าบ้านแล้วนั้น ไม่ว่าจะเป็นการเกิดการขยายเครือข่ายทางสังคมและ

เศรษฐกิจแล้ว ยังเป็นการเพิ่มการแข่งขันในตลาดแรงงาน แต่ในทางกลับกัน การเคลื่อนย้ายแรงงานยังส่งผลกระทบทางด้านลบให้กับประเทศเจ้าบ้านอีกด้วย ในกรณีที่ประเทศเจ้าบ้านเปิดรับแรงงานข้ามชาติมากเกินไป จะทำให้แรงงานล้นตลาด ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ เออร์รี่ (Urry, 2000; 2002; 2007) กล่าวว่า แรงงานข้ามชาติมีบทบาทสำคัญในการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรมในชุมชนเจ้าบ้าน ยังสอดคล้องกับแนวคิดของ ฮอลล์และเพจ (Hall and Page, 2002) ที่กล่าวว่า การเคลื่อนย้ายแรงงานอย่างเสรีในภาคบริการนั้นสามารถลดปัญหาการขาดทักษะแรงงานได้โดยการรับแรงงานที่เคลื่อนย้ายเข้ามาเพื่อฝึกฝนในต้นทุนที่ต่ำกว่า ในสถานการณ์ที่แรงงานที่มีทักษะต้องการที่จะได้รับค่าจ้างมากกว่าค่าจ้าง ณ ระดับราคาตลาด แรงงานจะสามารถย้ายเข้ามาทำงานในช่วงที่มีปัญหาขาดทักษะแรงงาน โดยเป็นการเพิ่มการแข่งขันในตลาด ซึ่งทั้งผู้จ้างและผู้บริโภคสินค้าภาคบริการได้รับประโยชน์ ประเทศที่กำลังพัฒนา และบริการที่เน้นทักษะเป็นหลัก การเคลื่อนย้ายแรงงานชั่วคราวนี้จะช่วยส่งเสริมประสิทธิภาพของความได้เปรียบให้เห็นชัดยิ่งขึ้น ทำให้เศรษฐกิจโลกในภาพรวมดีขึ้น คุณภาพชีวิตของประชาชนก็ดีขึ้นตาม พร้อมทั้งเพิ่มศักยภาพของทั้งประเทศที่นำเข้าและประเทศที่ส่งออก

จากการทดสอบสมมติฐานพบว่า อิทธิพลของการเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวมีต่อผลกระทบต่อสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทย ภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .00 เป็นเพราะว่าการเคลื่อนย้ายแรงงานในภาคบริการที่กำลังจะเกิดขึ้น หลังจากการเปิดเสรีเศรษฐกิจอาเซียนที่อนุญาตให้แรงงานได้มีการเคลื่อนย้ายอย่างเสรีนั้น ถ้าไม่มีการควบคุมการเคลื่อนย้ายแรงงานอย่างเป็นระบบนั้น จะนำผลกระทบในแง่ลบมาสู่ประเทศที่แรงงานย้ายออก

และประเทศที่รับเข้าแรงงานนั้นๆได้ ซึ่งประเทศที่แรงงานย้ายออกเป็นจำนวนมากจะทำให้เกิดการเสียทรัพยากรมนุษย์ในการพัฒนาประเทศ ส่วนประเทศที่รับเข้าแรงงานจำนวนมากนั้น นอกจากจะเกิดแรงงานล้นตลาดแล้ว แรงงานข้ามชาติเหล่านี้ยังเข้ามาแย่งงานคนในประเทศ และก่อให้เกิดความยากจนแก่คนในประเทศเพิ่มขึ้นอีกด้วย ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ เมสัน (Mason, 2003) ที่ระบุว่า การเคลื่อนย้ายแรงงานอย่างเสรีในภาคบริการอาจนำข้อเสียมาสู่สังคมและวัฒนธรรมของประเทศที่เป็นแหล่งรับแรงงานได้ โดยถ้ามีการเคลื่อนย้ายแรงงานในทันที จะทำให้ตลาดแรงงานเกิดความปั่นป่วนได้ อัตราค่าจ้างลดลง เกิดปัญหาการว่างงาน ทำให้เกิดความตึงเครียดในด้านรายจ่ายสวัสดิการสังคม ซึ่งจะมีความรุนแรงมากยิ่งขึ้นในช่วงที่มีอัตราการว่างงานสูง นอกจากนี้ยังทำให้เกิดการย้ายถ่ายโอน หรือเปลี่ยนโครงสร้างเชิงเศรษฐกิจ มีผลผลิตภาพของสินค้าสูงขึ้น ประเทศที่พัฒนาแล้วจะลดการนำเข้าวัตถุดิบและปัจจัยการผลิตชนิดอื่นๆจากประเทศที่กำลังพัฒนา แต่จะมีอุปสงค์ในการนำเข้าสินค้าเชิงบริการเพิ่มขึ้นจากประเทศที่กำลังพัฒนา นอกจากนี้ การเคลื่อนย้ายแรงงานมีผลต่อสังคมและวัฒนธรรม โดยที่เห็นชัดที่สุดคือ การที่ประเทศที่แรงงานย้ายเข้าเกิดการพัฒนาทางเศรษฐกิจ เนื่องจากว่าได้เปรียบทางด้านทุนมนุษย์ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ เมทิสันและวอลล์ (Mathieson and Wall, 2006) และ เออร์รี่ (Urry, 2000; 2002; 2007) ที่ระบุว่า ประโยชน์ที่ได้จากการเคลื่อนย้ายแรงงานจะเห็นได้ชัดเจนจากการขยายตัวทางการค้าด้านบริการ โดยควบคู่ไปกับการเพิ่มขึ้นของสัดส่วนภาคบริการในอุปสงค์ทั้งหมดของประเทศอุตสาหกรรมเหล่านี้ มีผลทางบวกหลายประการ ได้แก่ รายได้ที่เป็นเงินสกุลต่างประเทศเพิ่มขึ้น, เพิ่มความสามารถในการนำเข้าวัตถุดิบ ปัจจัยการผลิตที่มีความจำเป็น เพิ่มโอกาสการจ้างงาน และประสิทธิภาพ

ทางเศรษฐกิจผ่านทางกลไกของความได้เปรียบเชิงเปรียบเทียบ ต้นทุนแรงงานที่ต่ำ ผลกระทบหลากหลายประการเหล่านี้ไม่ได้ถูกจำกัดอยู่เพียงแค่ภายในภาคบริการเท่านั้น แต่ยังกระจายไปยังภาคเศรษฐกิจอื่นๆ ในประเทศทั้งหมด

สรุปผลการวิจัย

โดยภาพรวมผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง 26-30 ปี โดยมีระดับการศึกษาส่วนใหญ่ปริญญาตรีหรือสูงกว่า รายได้เฉลี่ยต่อเดือนอยู่ระหว่าง 10,001-20,000 บาทซึ่งผู้ตอบแบบสอบถามในสาขาที่ฝึก มากที่สุด ทำงานในแผนกอาหารและเครื่องดื่ม และผู้ตอบแบบสอบถามที่ทำงานในสาขาการเดินทางมากที่สุด ทำงานในแผนกบริหารธุรกิจนำเที่ยว โดยมีความคิดเห็นต่อการเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 พบว่า โดยรวมมีระดับความคิดเห็นด้วยมาก โดยเมื่อพิจารณารายด้านพบว่าการเคลื่อนย้ายทางการท่องเที่ยว และการเคลื่อนย้ายแรงงานเสรีใน AEC มีระดับความคิดเห็นด้วยมาก

ด้านการเคลื่อนย้ายทางการท่องเที่ยว โดยเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า มีบทบาทสำคัญในการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ มีบทบาทสำคัญในการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรม เป็นเชิงธุรกิจและกระจายความเจริญทางเศรษฐกิจ และเป็นรูปแบบของการเคลื่อนย้ายและการไหลเวียนของประชากรแบบชั่วคราว มีระดับความคิดเห็นด้วยมากที่สุด เป็นส่วนหนึ่งในการสื่อถึงสถานะทางสังคมและอำนาจ มีผลกระทบต่อคนจำนวนมากทั้งประเทศผู้รับเข้าและส่งออก สามารถสร้างการกีดกันทางสังคม การย้ายถิ่นชั่วคราวเป็นส่วนหนึ่งของการเคลื่อนย้ายประชากรในทุกช่วงเวลาและทุกประเทศ เกี่ยวข้องกับเวลาและเครือข่ายสังคม และเป็นการขยายเครือข่ายทางสังคม มีระดับความ

คิดเห็นด้วยมาก ส่วนด้านการเคลื่อนย้ายแรงงานเสรีใน AEC โดยเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า เป็นการสร้างมาตรฐานแรงงานฝีมือในภูมิภาค เป็นการสร้างคุณค่าทางด้านทุนมนุษย์ เป็นการเพิ่มการแข่งขันในตลาดแรงงาน เป็นการบริหารจัดการและอำนวยความสะดวกสำหรับแรงงานฝีมือในภูมิภาค และเป็นการไหลเวียนของทุนมนุษย์ภายในภูมิภาค มีระดับความคิดเห็นด้วยมาก ส่วนเป็นการเปิดเสรีทางด้านแรงงานอย่างแท้จริง มีระดับความคิดเห็นด้วยปานกลาง

ส่วนความคิดเห็นต่อผลกระทบจากการเคลื่อนย้ายทางการท่องเที่ยวในการเปิดเสรีอาเซียน พ.ศ. 2558 ในภาพรวม อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า เงินตราต่างประเทศไหลเข้าประเทศมากขึ้น ยาเสพติดเพิ่มมากขึ้น คนท้องถิ่นโดนแย่งงาน คนจนในประเทศเพิ่มมากขึ้น อัตราการว่างงานของคนท้องถิ่นสูงขึ้น โครงสร้างทางประชากรเปลี่ยนไป ปัญหาสังคมต่างๆ เพิ่มขึ้น วัฒนธรรมท้องถิ่นเปลี่ยนตามวัฒนธรรมของแรงงานต่างชาติ อาชญากรรมเพิ่มมากขึ้น ชุมชนคนยากจนเพิ่มขึ้น สูญเสียทุนมนุษย์ในการพัฒนาประเทศ ทุนมนุษย์เพิ่มมากขึ้น ทำให้มีบุคลากรที่มีความรู้ความชำนาญเพิ่มมากขึ้นเมื่อแรงงานที่ย้ายออกกลับมาทำงานในประเทศ แรงงานในตลาด ตลาดแรงงานมีความยืดหยุ่นปรับตัวมากขึ้น และพึงพาแรงงานต่างชาติในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจของประเทศ มีระดับคะแนนเห็นด้วยมาก ส่วนการสูญเสียบุคลากรที่มีความรู้ความชำนาญ คุณภาพชีวิตของคนในท้องถิ่นที่ดีขึ้น พึ่งพาแรงงานต่างชาติในการพัฒนาประเทศ ดุลการชำระเงินของประเทศที่ดีขึ้น และอัตราการว่างงานต่ำลง มีระดับคะแนนเห็นด้วยปานกลาง

ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า การเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวโดยรวมกับผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทย ภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558

มีความสัมพันธ์กันในระดับค่อนข้างสูงและเป็นไปในทิศทางเดียวกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.00 และอิทธิพลของการเคลื่อนย้ายแรงงานทางการท่องเที่ยวมีต่อผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.00

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

สำหรับงานวิจัยนี้มีข้อเสนอแนะดังนี้

1. งานวิจัยนี้สามารถเป็นข้อเสนอแนะเชิงนโยบายสำหรับการเคลื่อนย้ายแรงงานเสรีและผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมที่อาจเกิดขึ้นกับประเทศไทยภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558

2. งานวิจัยนี้สามารถเป็นข้อเสนอแนะในการเตรียมความพร้อมในตลาดแรงงานในอนาคตสำหรับคนไทยในการเคลื่อนย้ายแรงงานอย่างเสรีที่จะเกิดขึ้นและเพื่อการปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ของการเปลี่ยนแปลงด้านแรงงานที่ทำให้เกิดผลกระทบด้านสังคมและวัฒนธรรมน้อยที่สุด ภายใต้ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนในปี พ.ศ. 2558

3. งานวิจัยนี้สามารถเป็นแนวทางการศึกษาต่อในงานวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ที่จะได้ข้อมูลเชิงลึกจากการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-dept Interview) หรือ การประชุมกลุ่ม (Focus Group) เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

Dredge, D. (2001). Leisure lifestyles and tourism: Socio-cultural, economic and spatial change in Lake Macquarie. **Tourism Geographies**, 3(3), pp. 279-299.

Hall, C.M. and Page, S. (2002). **The geography of tourism and recreation: Environment, place and space**. (2nd ed.) London: Routledge.

Leuoenchawee, A. (2009). **International trade law**. Bangkok: Winyachon.

Mason, P. (2003). **Tourism impacts, planning and management**. Oxford: Butterworth-Heinemann.

Mathison, A. and Wall, G. (2006). **Tourism: Changes, impacts and opportunities**. Harlow: Pearson Prentice Hall.

Ministry of Foreign Affairs. (2010). ASEAN. Retrieved from: <http://www.mfa.go.th/web/2670.php?id=21414>

Nash, D. (2007). **The study of tourism: Anthropological and sociological beginnings**. Oxford: Elsevier Science.

Pongkapat, T., Manatpaiboon, J., Tanawiriyakul, S. and Kraipornsak, P. (2001). **Impact of free trade towards Thai labours**. Bangkok: Chulalongkorn University.

Ryan, C. (1991). **Recreation tourism: A social science perspective**. New York: Routledge.

Sharpley, R. (1999). **Tourism, tourists and society**. Huntingdon: ELM Publications.

Toonlayawasinpong, S. (2012). **TDRI: 9 branches demand for labor increases**. Retrieved from: <http://www.bangkokbiznews.com/home/detail/business/business/20120323/443265>

- Urry, J. (2000). **Sociology beyond societies: Mobilities for the twenty-first century.** London: Routledge.
- Urry, J. (2002). Mobility and proximity. **Sociology**, 36(2), 255-274.
- Urry, J. (2007). **Mobilities.** Cambridge: Polity Press.
- Wiboonchutikula, P. (2012). **International Trade: Theory, policy and empirical research.** Bangkok: Chulalongkorn.
- Williams, A.M., and Hall, C.M. (2002). **Tourism and migration: New relationships between Production and consumption.** Dordrecht: Kluwer Academic.
- Yamane, T. (1973). **Statistics: An Introductory Analysis.** Third editio. Newyork : Harper and Row Publication.

รายละเอียดการส่งบทความวิจัยและวิชาการลงตีพิมพ์ในวารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ

วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ ยินดีรับบทความวิจัย บทความวิชาการ ข้อคิดเห็นต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับวิทยาศาสตร์การกีฬา สุขศึกษา พลศึกษาและการกีฬา รวมทั้งจดหมาย หรือข้อเสนอแนะจากทุกท่าน โดยขอให้ส่งไฟล์ต้นฉบับและแบบส่งบทความเพื่อลงตีพิมพ์ในวารสารฯ มาที่กองบรรณาธิการวารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ทาง E-mail : spsc_journal@hotmail.com โทรศัพท์/โทรสาร : 02-218-1030

ทั้งนี้บทความต้องผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิอ่านบทความวิจัยและบทความวิชาการ (Peer Reviewer) 2 ท่าน ภายหลังจากได้รับการพิจารณาให้ลงตีพิมพ์และผู้ส่งบทความได้แก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิฯ จึงจะได้รับการตอบรับการตีพิมพ์บทความลงวารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ หากบทความไม่ผ่านการพิจารณาให้ลงตีพิมพ์ในวารสารฯ ผู้ส่งบทความสามารถปรับปรุงแก้ไขและส่งเข้ารับการพิจารณาเพื่อตีพิมพ์ครั้งต่อไปได้ใหม่ สำหรับต้นฉบับที่ได้รับการตีพิมพ์ผู้เขียนจะได้รับวารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ ฉบับที่พิมพ์จำนวน 3 เล่ม หากต้องการจะขอเพิ่ม กรุณาแจ้งล่วงหน้าในราคาเล่มละ 80 บาท

รายละเอียดในการเตรียมบทความวิชาการและบทความวิจัย

1. พิมพ์ลงในกระดาษขนาด A4 (8x11.5") พิมพ์หน้าเดียว (**รูปแบบตัวอักษร Angsana New ขนาด 16 กั้นหน้า/หลัง/บน/ล่าง 1 นิ้ว**) ส่งไฟล์บทความจำนวน 1 ชุด จำนวนไม่เกิน 15 หน้า
2. บทความที่ส่งต้องไม่เคยพิมพ์เผยแพร่ในวารสารอื่นมาก่อน หรือไม่อยู่ในระหว่างที่ส่งไปพิมพ์ในวารสารอื่น
3. ชื่อเรื่องภาษาไทย ไม่เกิน 50 คำ และภาษาอังกฤษ ไม่เกิน 25 คำ ต้องมีบทคัดย่อเป็นภาษาไทย ไม่เกิน 500 คำ และภาษาอังกฤษ ไม่เกิน 300 คำ เป็นความเรียง พร้อมทั้งคำสำคัญ (Key Words) ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษควรมี 3-5 คำ
4. ตาราง รูปภาพ แผนภูมิ กราฟ ให้เขียนเป็นภาษาไทย ประกอบด้วย ลำดับที่ ชื่อ ส่วนข้อความและที่มา โดยปกติให้พิมพ์อยู่ในหน้าเดียวกันทั้งหมด ชื่อตารางเขียนไว้ด้านบนตาราง ชื่อรูปภาพ แผนภูมิ กราฟ เขียนไว้ด้านล่างรูปภาพ แผนภูมิ กราฟ โดยใน 1 บทความให้มีตาราง รูปภาพ แผนภูมิ กราฟ รวมกันไม่เกิน 5 ตาราง/รูปภาพ/แผนภูมิ/กราฟ ควรมีขนาดเหมาะสมโดยจัดใส่ในไฟล์งานและแยกไฟล์มาด้วย
5. การเขียนเอกสารอ้างอิงให้ใช้แบบ APA เป็นหลัก หากเอกสารอ้างอิงเป็นภาษาไทยให้แปลเป็นภาษาอังกฤษทั้งหมด โดยการอ้างอิงในเนื้อหา หากเป็นชื่อชาวต่างประเทศให้เขียนชื่อทับศัพท์เป็นภาษาไทยด้วยมิให้อ้างอิงผลงานวิทยานิพนธ์ โดยให้อ้างอิงถึงวารสารที่ตีพิมพ์ผลงานวิทยานิพนธ์ที่ต้องการอ้างอิงรูปแบบการเขียนอ้างอิงระบบ APA มีดังนี้

1. วารสารและนิตยสาร

รูปแบบ: ชื่อผู้แต่ง. (ปีที่พิมพ์). ชื่อเรื่อง. **ชื่อวารสาร**, ปีที่(ฉบับที่), หน้าแรก-หน้าสุดท้าย.

2. หนังสือ

รูปแบบ: ชื่อผู้แต่ง. (ปีที่พิมพ์). **ชื่อหนังสือ**. เมืองที่พิมพ์: สำนักพิมพ์.

3. ลีออิเล็กทรอนิกส์

รูปแบบ: ชื่อผู้แต่ง. (ปีที่พิมพ์). **ชื่อเรื่อง**,วันที่ทำการสืบค้น. ชื่อฐานข้อมูล. URL

6. สำหรับบทความวิจัย การจัดลำดับเรื่องควรประกอบด้วยหัวข้อ ดังต่อไปนี้

- ชื่อเรื่องงานวิจัยและบทคัดย่อ (ภาษาไทยและภาษาอังกฤษ) **โดยระบุชื่อผู้วิจัยหลัก/รอง และคณะ/สถาบันหรือสถานที่ทำงานด้วย**
- ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา
- วัตถุประสงค์ของการวิจัย
- สมมติฐานของการวิจัย (ถ้ามี)
- วิธีดำเนินการวิจัย
- ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย
- การวิเคราะห์ข้อมูล
- ผลการวิจัย
- อภิปรายผลการวิจัย
- สรุปผลการวิจัย
- ข้อเสนอแนะจากการวิจัย (ถ้ามี)
- กิตติกรรมประกาศ (ถ้ามี)
- เอกสารอ้างอิง

ผู้เขียนสามารถ Download แม่แบบ (Template) รูปแบบการเตรียมบทความได้ที่ www.spsc.chula.ac.th

ทั้งนี้ วารสารฯ ขอสงวนสิทธิ์ไม่รับตีพิมพ์บทความที่เขียนบทความ และเอกสารอ้างอิงไม่เป็นไปตามรูปแบบที่กำหนด

สถานที่ติดต่อ : คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถนนพระราม 1 ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

E-mail : spsc_journal@hotmail.com โทร. 02-218-1030 โทรสาร 02-218-1030

Journal of Sports Science and Health

Manuscripts submission for publication in the Journal of Sports Science and Health

The Journal of Sports Science and Health welcome all research, review articles, and any point of views that pertains to exercise science, health promotion, physical education, and sports. All manuscripts and articles must be submitted along with a submission form to the editorial office at Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University via email: spsc_journal@hotmail.com or fax: +662-218-1030.

All manuscripts and review articles are considered for publication on the condition that they contributed solely to this Journal and have not been published else where, in part or in whole. All considered manuscripts must undergo a review process in which two reviewers will be assigned. If the manuscript is rejected, the author may resubmit it again with the changes and revisions in accordance to the reviewers' requests. Furthermore, the author must pay the reviewer's fees with the resubmission process. Once all the changes and adjustments are satisfactory, the manuscript or review article maybe accepted for publication. The editor reserves the right to accept or reject the manuscript on the ground of its scientific significant. Upon acceptance, the author will be notified by the editorial office and will receive 3 copies of the Journal of Sports Science and Health. Additional copies may be purchased for 80 baht per copy.

Manuscripts preparation

1. All manuscripts and review articles must be printed on A4 (8"x11.5") one sided (*font should be 16 points Angsana New; the margin should be 1" on all sides*). No more than 15 pages.
2. All manuscripts should not be published, in part or in whole, anywhere else or under a review process.
3. The title should be no more than 50 words in Thai and no more than 25 words in English. Abstract should be no more than 500 words in Thai and no more than 300 words in English. 3-5 key words in Thai or English following the abstarct.
4. Tables, figures, charts, and graphs shall be written in Thai and arranged in order. Table's description shall be placed on the top. Captions for figures, charts, and graphs shall be placed below. There should be no more than 5 tables, figures, charts, or graphs in one manuscript. Tables, figures, charts, and graphs should be saved separately.

5. A list of references is required for all manuscripts and review articles and shall be written according to APA format (if references are in Thai, they should be translated to English). Reference citation within the manuscript should be written in both Thai and English (in case of Thai manuscript). Citation of dissertation work is prohibited. When citing dissertation, the author should cite the original work that was quoted within the dissertation and should be written according to APA format.
 - a. Journals and magazines:
 - i. Example: Author (year). Title. Journal. Volume (issue). Initial-final pages.
 - b. Books:
 - i. Example: Authors (year). Book title. City published. Publishing house.
 - c. Electronic materials:
 - i. Example: Authors (year). Title. Date searched. Database. URL
6. Original research should contain the following items
 - a. Research title, abstract (in Thai and English), and the names of the primary and co-investigators with affiliated institutions.
 - b. Conceptual framework and its significance
 - c. Objectives
 - d. Research hypothesis (if available)
 - e. Experimental design
 - f. Research methodology
 - g. Data analysis
 - h. Results
 - i. Discussion
 - j. Conclusion
 - k. Limitations and suggestions for future research (if available)
 - l. Acknowledge (if available)
 - m. References
7. Please visit www.spsc.chula.ac.th for template
8. The Journal of Sports Science and Health reserves the right to reject any manuscripts and review articles that do not comply with the terms and conditions set forth by the Journal.

Contact: Faculty of Sports Science, Chulalongkorn University. Rama I Patumwan Bangkok 10330.

Tel: +662-218-1030 Fax: +662-218-1030 email: spsc__journal@hotmail.com

ใบสมัครเป็นสมาชิก “วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ”

วันที่..... เดือน..... พ.ศ.....

เรียน บรรณาธิการวารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ

ข้าพเจ้า (ออกใบเสร็จในนาม)

ที่อยู่.....

.....

.....

รหัสไปรษณีย์..... หมายเลขโทรศัพท์.....

มีความประสงค์ขอรับวารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ เริ่มตั้งแต่ปีที่..... เล่มที่.....

ประจำเดือน ☐ มกราคม – เมษายน ☐ พฤษภาคม – สิงหาคม ☐ กันยายน - ธันวาคม☐ 1 ปี 3 ฉบับ ราคา 200 บาท☐ 2 ปี 6 ฉบับ ราคา 360 บาท

ทั้งนี้ ได้ส่งเงินค่าสมัครสมาชิก เป็นเงิน ☐ เงินสด ☐ ธนาณัติ ☐ เช็คไปรษณีย์

จำนวนเงิน.....บาท (ตัวอักษร.....บาท)

.....
(ลงนามผู้สมัคร)

หมายเหตุ

การส่งจ่ายไปรษณีย์ ให้ส่งจ่ายในนาม ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ลิทธา พงษ์พิบูลย์

ที่อยู่ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา ถนนพระราม 1 ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

ไปรษณีย์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กรุณาวงเล็บที่มุมซองว่า “วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ”

สำหรับเจ้าหน้าที่

ใบเสร็จรับเงินเล่มที่..... เลขที่..... หมายเลขสมาชิก.....

ลายเซ็นเจ้าหน้าที่..... บันทึกข้อมูลวันที่.....

ใบสัญญาลงโฆษณาประชาสัมพันธ์ใน “วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ”

เลขที่.....

วันที่..... เดือน..... พ.ศ.....

เรียน คณะบดีคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา

ข้าพเจ้า

ที่สำนักงาน.....

มีความประสงค์ลงโฆษณาในวารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เป็นจำนวน.....ฉบับ ตั้งแต่ฉบับที่..... เดือน..... พ.ศ..... ถึงฉบับที่..... เดือน..... พ.ศ.....

อัตราค่าโฆษณา (1 สี)	ขนาด	ราคาต่อ 1 ฉบับ	ราคาต่อ 2 ฉบับ	ราคาต่อ 3 ฉบับ
ปกหลัง ด้านนอก	1 หน้า	5,000 บาท	10,000 บาท	12,000 บาท
ปกหลัง ด้านใน	1 หน้า	4,000 บาท	8,000 บาท	10,000 บาท
ปกหน้า ด้านใน	1 หน้า	4,000 บาท	8,000 บาท	10,000 บาท
ในเล่ม	1 หน้า	1,000 บาท	2,000 บาท	3,000 บาท
ในเล่ม	½ หน้า	500 บาท	1,000 บาท	1,500 บาท
ใบแทรก (เท่าขนาดของหนังสือ)	1 แผ่น	3,000 บาท	6,000 บาท	9,000 บาท

รวมค่าโฆษณาเป็นเงิน..... บาท (.....)

ขอความที่ข้าพเจ้าประสงค์ลงโฆษณาประชาสัมพันธ์ได้แนบมากับใบสัญญาแล้วรวมทั้งต้นฉบับ

จำนวน.....ชิ้น หรือใบแทรกจำนวน.....แผ่น

ทั้งนี้ ข้าพเจ้าสัญญาว่าจะชำระเงินค่าโฆษณาทันที ที่ตอบตกลงทำสัญญาลงโฆษณาประชาสัมพันธ์เรียบร้อยแล้ว

ลงชื่อ.....ผู้แจ้งลงโฆษณา

ลงชื่อ.....ผู้รับแจ้งลงโฆษณา

วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ

โทรศัพท์ 02 218-1030 / โทรสาร 02 218-1030

